

--	--	--	--

0. Hvad er dit personnummer?

Cpr_0

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

 -

--	--	--	--	--	--

Følgende 6 spørgsmål handler om dig og dit helbred generelt. Besvar spørgsmålene med det udsagn, der bedst beskriver din helbredstilstand i dag.

Markér kun et svar ved de følgende spørgsmål.

1. Bevægelighed

Mobil_0

- 0 Jeg har ingen problemer med at gå omkring
- 1 Jeg har nogle problemer med at gå omkring
- 2 Jeg er bundet til sengen

2. Personlig pleje

Selfc_0

- 0 Jeg har ingen problemer med min personlige pleje
- 1 Jeg har nogle problemer med at vaske mig eller klæde mig på
- 2 Jeg kan ikke vaske mig eller klæde mig på

3. Sædvanlige aktiviteter (f.eks. arbejde, studie, husarbejde, familie- eller fritidsaktiviteter)

Activ_0

- 0 Jeg har ingen problemer med at udføre mine sædvanlige aktiviteter
- 1 Jeg har nogle problemer med at udføre mine sædvanlige aktiviteter
- 2 Jeg kan ikke udføre mine sædvanlige aktiviteter

4. Smerter/ubehag

Pain_0

- 0 Jeg har ingen smerter eller ubehag
- 1 Jeg har moderate smerter eller ubehag
- 2 Jeg har ekstreme smerter eller ubehag

5. Angst/depression

Depr_0

- 0 Jeg er ikke ængstelig eller deprimeret
- 1 Jeg er moderat ængstelig eller deprimeret
- 2 Jeg er ekstremt ængstelig eller deprimeret

6. Sammenlignet med min helbredstilstand gennem de seneste 12 måneder, er min helbredstilstand i dag

Health

- 1 Bedre
- 2 Stort set den samme
- 3 Værre

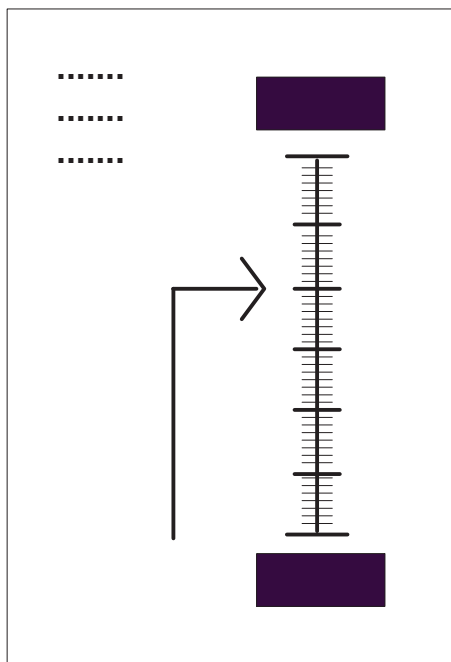


--	--	--	--

7. For at hjælpe dig med at sige, hvor god eller dårlig din helbredstilstand er, har vi tegnet en skala (næsten ligesom et termometer, hvor den **bedste helbredstilstand** du kan forestille dig, er markeret med **100** og den **værste helbredstilstand** du kan forestille dig, er markeret med **0**.

Vi beder dig angive på denne skala, hvor godt eller dårligt du mener dit eget helbred er **i dag**. Angiv dette ved at tegne en streg fra kassen nedenfor til et hvilket som helst punkt på skalaen (se eksempel), der viser, hvor god eller dårlig din helbredstilstand er i dag.

Eksempel:

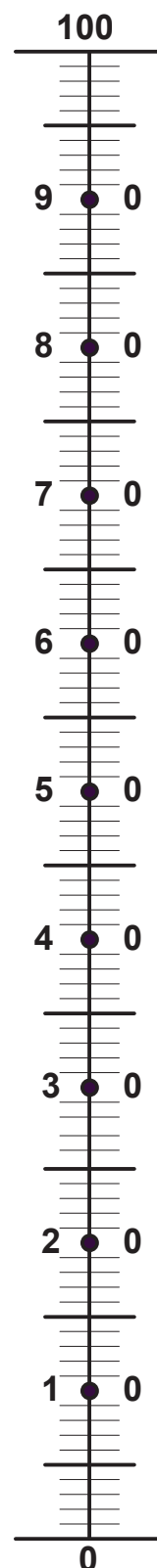


Skal ikke udfyldes.
Forbeholdt kodning

--	--	--

Today_0

Bedst tænkelige helbredstilstand



Værst tænkelige helbredstilstand



--	--	--	--

Herunder finder du en række udsagn, som forskellige personer har brugt til at beskrive sig selv. Læs hvert udsagn og sæt en markering i den cirkel, der bedst udtrykker, hvordan du har det **lige nu**, i dette øjeblik.

Der er ingen rigtige eller forkerte svar. Brug ikke for meget tid på et enkelt udsagn, men angiv det svar, som bedst beskriver dine nuværende følelser.

	Slet ikke	I nogen grad	I rimelig grad	Meget
8. Jeg føler mig rolig	<input type="radio"/> <small>Calm_0</small>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Jeg er anspændt	<input type="radio"/> <small>Tense_0</small>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Jeg føler mig oprevet	<input type="radio"/> <small>Upset_0</small>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Jeg er afslappet	<input type="radio"/> <small>Relax_0</small>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Jeg føler mig tilfreds	<input type="radio"/> <small>Cont_0</small>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Jeg er bekymret	<input type="radio"/> <small>Worr_0</small>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Følgende spørgsmål handler om forskellige sider af livet. Hvert spørgsmål har 7 svarmuligheder

Du bedes besvare hvert spørgsmål ved at sætte en cirkel om det tal på hver af skalaerne, du synes passer bedst med din mening.

14. Oplever du at du er ligeglad med det, der sker omkring dig?
Cop_1_0
Ofte 7 6 5 4 3 2 1 **Meget sjældent/aldrig**
15. Er det sket for dig, at du er blevet overrasket over opførslen hos personer, du kendte godt?
Cop_2_0
Det er sket mange gange 7 6 5 4 3 2 1 **Det er aldrig sket**
16. Er det sket, at folk, som du stolede på, har skuffet dig?
Cop_3_0
Det er sket mange gange 7 6 5 4 3 2 1 **Det er aldrig sket**
17. Indtil nu har dit liv
Cop_4_0
Helt savnet mål 7 6 5 4 3 2 1 **Haft både mål og mening**



--	--	--	--

18. Føler du dig uretfærdigt behandlet?

Cop_5_0

Meget ofte 7 6 5 4 3 2 1 **Meget sjældent/aldrig**

19. Oplever du, at du i en uvant situation ikke ved, hvad du skal gøre?

Cop_6_0

Meget ofte 7 6 5 4 3 2 1 **Meget sjældent/aldrig**

20. Er din dagligdag kilde til

Cop_7_0

Glæde og dyb tilfredsstillelse 1 2 3 4 5 6 7 **Smerte og kedsomhed**

21. Har du modstridige tanker og følelser?

Cop_8_0

Meget ofte 7 6 5 4 3 2 1 **Meget sjældent/aldrig**

22. Sker det, at du har følelser i dig, som du helst ikke vil føle?

Cop_9_0

Meget ofte 7 6 5 4 3 2 1 **Meget sjældent/aldrig**

23. Selv mennesker med stærk personlighed kan ind imellem føle sig som en taber. Hvor ofte har du følt dig sådan?

Cop_10_0

Aldrig 1 2 3 4 5 6 7 **Meget ofte**

24. Hvor tit oplever du, at du over- eller undervurderer betydningen af noget, der sker?

Cop_11_0

Meget ofte 7 6 5 4 3 2 1 **Aldrig**

25. Hvor ofte føler du, at de ting, du foretager dig i din hverdag, er uden mening?

Cop_12_0

Meget ofte 7 6 5 4 3 2 1 **Meget sjældent/aldrig**

26. Hvor ofte har du følelser, som du ikke er sikker på, at du kan kontrollere?

Cop_13_0

Meget ofte 7 6 5 4 3 2 1 **Meget sjældent/aldrig**



--	--	--	--

De følgende 6 spørgsmål handler om Deres motionsvaner.

Angående besvarelse af følgende spørgsmål

Hård fysisk aktivitet er en aktivitet, der kræver en stor fysisk anstrengelse og gør din vejtrækning meget hurtigere end normalt.

Moderat fysisk aktivitet er en aktivitet, der kræver en moderat fysisk anstrengelse og gør din vejtrækning noget hurtigere end normalt.

27. Hvor mange dage i løbet af de sidste 7 dage har du været i **hård** fysisk aktivitet, som fx tunge løft, gravearbejde, konditræning eller cyklet hurtigt? Tænk *kun* på de aktiviteter, du udførte mindst 10 minutter ad gangen.

Phy_h_0

Dage

Phy_h_00

0 Ingen (gå til spørgsmål 28)

- a) Hvor megen tid brugte du sædvanligvis på hård fysisk aktivitet en af disse dage?

Hardt_h0

Timer

Hardt_m0

Minutter

28. Igen skal du *kun* tænke på den fysiske aktivitet, du udførte mindst 10 minutter ad gangen.

Hvor mange dage i løbet af de sidste 7 dage har du været i **moderat** fysisk aktivitet, som fx at løfte lettere ting, cykle i jævnt tempo eller spille en double i tennis? Gåture skal ikke medregnes.

Phy_m_0

Dage

Phy_m_00

0 Ingen (gå til spørgsmål 29)

- a) Hvor megen tid brugte du sædvanligvis på moderat fysisk aktivitet en af disse dage?

Modt_h0

Timer

Modt_m0

Minutter

29. Hvor mange dage i løbet af de sidste 7 dage har du **gået** i mindst 10 minutter ad gangen? Medregn, hvor meget du går på arbejdet og derhjemme, gåture for at komme fra et sted til et andet og alle andre gåture, som du foretog i forbindelse med fornøjelse, sport, motion eller fritid.

Phy_w_0

Dage

Phy_w_00

0 Ingen (gå til spørgsmål 30)

- a) Hvor megen tid brugte du sædvanligvis på at gå en af disse dage?

Walkt_h0

Timer

Walkt_m0

Minutter



--	--	--	--

30. Det sidste spørgsmål handler om, hvor lang tid du sidder ned på hverdage, både når du er på arbejde, hjemme, på kursus og i fritiden. Medregn den tid du sidder ved et skrivebord, besøger venner, læser, kører i bus eller sidder eller ligger, mens du ser fjernsyn.

I løbet af de sidste 7 dage, hvor lang tid har du i gennemsnit siddet ned i løbet af en **almindelig hverdag**?

Restt_h0

--	--

Timer

Restt_m0

--	--

Minutter

31. Har du et arbejde (ude eller hjemme)? Ja Nej (gå til spørgsmål 32)

Work_0

Hvis Ja, hvilken af følgende grupper mener du selv, at du tilhører på din arbejdsplads?
(Sæt kun én markering)

Workgr_0

- 1 Du sidder for det meste ned og går ikke ret meget omkring på arbejdspladsen (fx skrivebordsarbejde, samle smådele og lignende)
- 2 Du går en del omkring på arbejdspladsen uden at skulle slæbe på tunge ting (fx lettere industriarbejde, ikke stillesiddende koktorarbejde, husligt arbejde, undervisning og lignende)
- 3 Du går for det meste og må ofte gå op ad trapper og løfte forskellige ting (fx postombæring, byggearbejde, flytte tunge møbler og lignende)
- 4 Du har legemligt arbejde, løfter tunge ting og anstrenger dig fysisk (fx gravearbejde, skovarbejde, jord- og betonarbejde og lignende)
32. Hvilken af følgende grupper mener du selv, at din fritidsbeskæftigelse omfatter?
(Sæt kun én markering)

Leisure0

- 1 Du sidder som regel og læser, ser fjernsyn, går i biografen og tilbringer fritiden med stillesiddende sysler.
- 2 Du går tur, kører lidt på cykel eller er i legemlig aktivitet mindst 4 timer om ugen (lettere fritidsbyggeri, bordtennis, bowling og lignende)
- 3 Du er aktiv idrætsudøver mindst 3 gange ugentlig. Hvis du ikke dyrker sport, men ofte udfører tungt havearbejde eller tungt fritidsarbejde, hører du også til denne gruppe.
- 4 Du dyrker konkurrenceidræt (svømning, fodbold) eller langdistanceløb flere gange om ugen.



--	--	--	--

SF36, side 1/4

33. Hvordan synes du, dit helbred er alt i alt?

(Sæt kun markering i én af cirklerne)

GH5_0

- 1 Fremragende
- 2 Vældig godt
- 3 Godt
- 4 Mindre godt
- 5 Dårligt

34. Sammenlignet med for ét år siden, hvordan er dit helbred alt i alt nu?

(Sæt kun markering i én af cirklerne)

HT_0

- 1 Meget bedre nu end for ét år siden
- 2 Noget bedre nu end for ét år siden
- 3 Nogenlunde det samme
- 4 Noget dårligere nu end for ét år siden
- 5 Meget dårligere nu end for ét år siden

35. De følgende spørgsmål handler om aktiviteter i dagligdagen. Er du på grund af dit helbred begrænset i disse aktiviteter? I så fald, hvor meget?

(Sæt en markering i cirklen under det rigtige svar for hvert spørgsmål)

	1	2	3
	Ja, meget begrænset	Ja, lidt begrænset	Nej, slet ikke begrænset
a. Krævende aktiviteter , som f.eks. at løbe, løfte tunge ting, deltage i anstrengende sport	PF1_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b. Lettere aktiviteter , såsom at flytte et bord, støvsuge eller cykle	PF2_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c. At løfte eller bære dagligvarer	PF3_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d. At gå flere etager op ad trapper	PF4_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e. At gå én etage op ad trapper	PF5_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f. At bøje sig ned eller gå ned i knæ	PF6_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
g. Gå mere end én kilometer	PF7_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h. Gå nogle hundrede meter	PF8_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i. Gå 100 meter	PF9_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
j. Gå i bad eller tage tøj på	PF10_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



--	--	--	--

SF36, side 2/4

36. Har du inden for de sidste 4 uger, haft nogen af følgende problemer med dit arbejde eller andre daglige aktiviteter på grund af dit fysiske helbred?

(Sæt en markering i cirklen under det rigtige svar for hvert spørgsmål)

- | | 1 | 2 |
|--|-----------------------------|-----------------------|
| | JA | NEJ |
| a. Jeg har skåret ned på den tid , jeg bruger på arbejde eller andre aktiviteter | RP1_0 <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| b. Jeg har nået mindre , end jeg gerne ville | RP2_0 <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| c. Jeg har været begrænset i hvilken slags arbejde eller andre aktiviteter, jeg har kunnet udføre | RP3_0 <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| d. Jeg har haft besvær med at udføre mit arbejde eller andre aktiviteter (fx krævede det en ekstra indsats) | RP4_0 <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

37. Har du inden for de sidste 4 uger haft nogen af følgende problemer med dit arbejde eller andre daglige aktiviteter på grund af følelsesmæssige problemer?

(Sæt en markering i cirklen under det rigtige svar for hvert spørgsmål)

- | | 1 | 2 |
|---|-----------------------------|-----------------------|
| | JA | NEJ |
| a. Jeg har skåret ned på den tid , jeg bruger på arbejde eller andre aktiviteter | RE1_0 <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| b. Jeg har nået mindre , end jeg gerne ville | RE2_0 <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| c. Jeg har udført mit arbejde eller andre aktiviteter mindre omhyggeligt , end jeg pleje | RE3_0 <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

38. Inden for de sidste 4 uger, hvor meget har dit fysiske helbred eller følelsesmæssige problemer vanskeliggjort din kontakt med familie, venner, naboer eller andre?

(Sæt kun markering i én af cirklerne)

SF1_0

- 1 Slet ikke
 2 Lidt
 3 Noget
 4 En hel del
 5 Virkelig meget

39. Hvor stærke fysiske smerter har du haft i de sidste 4 uger?

(Sæt kun markering i én af cirklerne)

BP1_0

- 1 Ingen smerter
 2 Meget lette smerter
 3 Lette smerter
 4 Middelstærke smerter
 5 Stærke smerter
 6 Meget stærke smerter



--	--	--	--

SF36, side 3/4

40. Inden for de sidste 4 uger, hvor meget har fysisk smerte vanskeliggjort dit daglige arbejde (både arbejde udenfor hjemmet og husarbejde)?

(Sæt kun markering i én af cirklerne)

BP2_0

- 1 Slet ikke
 2 Lidt
 3 Noget
 4 En hel del
 5 Virkelig meget

41. Disse spørgsmål handler om, hvordan du har haft det i de sidste 4 uger.

Hvor stor en del af tiden i de sidste 4 uger:

(Sæt en markering i cirklen under det rigtige svar for hvert spørgsmål)

	6	5	4	3	2	1
	Hele tiden	Det meste af tiden	En hel del af tiden	Noget af tiden	Lidt af tiden	På intet tidspunkt
a. Har du følt dig veloplagt og fuld af liv?	VT1_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b. Har du været meget nervøs?	MH1_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c. Har du været så langt nede, at intet kunne opmuntre dig?	MH2_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d. Har du følt dig rolig og afslappet?	MH3_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e. Har du været fuld af energi	VT2_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f. Har du følt dig trist til mode?	MH4_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
g. Har du følt dig udslidt?	VT3_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h. Har du været glad og tilfreds?	MH5_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i. Har du følt dig træt?	VT4_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

42. Inden for de sidste 4 uger hvor stor del af tiden har dit fysiske helbred eller følelsesmæssige problemer gjort det vanskeligt at se andre mennesker (fx besøge venner, slægtninge osv.)?

(Sæt kun markering i én af cirklerne)

SF2_0

- 1 Hele tiden
 2 Det meste af tiden
 3 Noget af tiden
 4 Lidt af tiden
 5 På intet tidspunkt



--	--	--	--

SF36, side 4/4

43. Hvor rigtig eller forkerte er de følgende udsagn for dit vedkommende?

(Sæt en markering i cirklen under det rigtige svar for hvert udsagn)

	1	2	3	4	5
	Helt rigtigt	Over- vejende rigtigt	Ved ikke	Over- vejende forkert	Helt forkert
a. Jeg bliver nok lidt lettere syg end andre	GH1_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b. Jeg er lige så rask som enhver anden, jeg kender	GH2_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c. Jeg forventer at mit helbred bliver dårligere	GH3_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d. Mit helbred er fremragende	GH4_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

De næste spørgsmål handler om nervebetændelse

Michigan neuropathy questionnaire

	1 JA	0 NEJ
44. Er dine ben og fødder ofte følelsesløse?	Neu1_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
45. Har du nogensinde en brændende smerte i dine ben og fødder?	Neu2_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
46. Er dine fødder meget følsomme for berøring?	Neu3_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
47. Har du ofte haft en prikkende følelse i dine ben eller fødder?	Neu4_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
48. Gør det ondt, når sengetøjet rører huden på dine ben eller arme?	Neu5_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hvis du har svaret ja til nogen af spørgsmålene 44-48		
49. Er dine symptomer værre om natten?	Neu6_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
50. Er du i stand til at mærke forskel på varmt og koldt vand, når du går i bad?	Neu7_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
51. Har du nogensinde fået amputeret en tå, en fod eller en del af underbenet? (Amputationer på grund af ulykke regnes ikke med)	Neu8_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
52. Har du nogensinde haft et åbent fodsår?	Neu9_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
53. Har din læge nogensinde sagt til dig, at du har diabetisk nervebetændelse?	Neu10_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
54. Føler du dig træt i hele kroppen det meste af tiden?	Neu11_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
55. Gør det ondt i dine ben, når du går?	Neu12_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
56. Kan du mærke dine fødder, når du går?	Neu13_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
57. Er huden på dine fødder så tør, at den sprækker?	Neu14_0 <input type="radio"/>	<input type="radio"/>



--	--	--	--

De sidste spørgsmål handler om dit medicinforbrug umiddelbart før du fik konstateret diabetes

58. Tog du dagligt nogen form for medicin, der var ordineret af en læge (ikke vitaminpiller og andet kosttilskud) umiddelbart før du fik konstateret diabetes?

Med_0

1 Ja 0 Nej

Hvis **Ja**, beder vi dig skrive navn på medicinen, grunden til at du tog den samt det årstal, hvor du startede med at tage medicinen

1) Medicin: _____

Grunden til at du tog medicinen: _____

Hvornår startede du med at tage medicinen: _____
Årstal

2) Medicin: _____

Grunden til at du tog medicinen: _____

Hvornår startede du med at tage medicinen: _____
Årstal

3) Medicin: _____

Grunden til at du tog medicinen: _____

Hvornår startede du med at tage medicinen: _____
Årstal

4) Medicin: _____

Grunden til at du tog medicinen: _____

Hvornår startede du med at tage medicinen: _____
Årstal

Skal ikke udfyldes.
 Forbeholdt instituttet

Medpt_01										Medpt_02										Medpt_03										Medpt_04									

op til Medpt_10 i databasen = 10 x ATC for medicin

Mange tak fordi du tog dig tid til at udfylde skemaet

Skemaet indsendes snarest muligt i vedlagte portofrie svarkuvert

3091

