

HELSINGIN YLIOPISTON KANSANTERVEYSTIETEEN LAITOS  
NUORTEN KAKSOSTEN TERVEYSTUTKIMUS

## **17-VUOTIAAN LOMAKE**

## ARVOISA NUORI

Tämä kysely on jatkoa vuosi sitten alkaneeseen lääketieteelliseen tutkimukseen, jossa selvitetään ympäristön ja perimän vaikutusta terveyteen ja siihen vaikuttaviin tekijöihin.

Nyt pyydämme Sinua toisen kerran vastaamaan kyselylomakkeeseen. Tieteelliseltä kannalta on erittäin tärkeätä, että **JOKAINEN LOMAKKEEN SAANUT VASTAA TÄHÄN KYSELYYN**. Lomakkeet on numeroitu tietokonekäsittelyä varten. Näin emme lähetä turhaan uutta lomaketta niille, jotka ovat jo vastanneet. Jos vanhempasi haluavat tutustua tähän kyselyyn, toivomme, että he perehtyvät siihen ennen kuin vastaat lomakkeen kysymyksiin. Tutkimuksen luotettavuuden kannalta on erittäin tärkeätä, että vastaat kyselyyn itsenäisesti.

Vastaa kysymyksiin huolellisesti. **TARKASTA LOPUKSI, ETTEI KYSYMYKSIÄ OLE VAHINGOSSA JÄÄNYT VASTAAMATTA**. Toivomme, että ehdit vastata jo seitsemän päivän kuluessa.

Palauta täytetty lomake oheisessa palautuskirjekuoressa. Voit jättää kuoren postin kuljetettavaksi ilman postimerkkiä. Me maksamme postikulut.

**HUOMAA: HENKILÖLLISYYTESIJAJA ANTAMASITIEDOT PIDETÄÄN TÄYSIN SALASSA.** Tutkimustulokset käsitellään kaikista vastauksista muodostettuina taulukkoina, eikä niistä ilmene yksittäisen vastaajan tietoja.

### **VASTAA NÄIN:**

Lomakkeen täyttäminen on helppoa. Kuhunkin kysymykseen tai alakysymykseen vastataan aina rengastamalla yksi vaihtoehto. Vaihtoehdot on numeroitu.

Osassa kysymyksiä on vastausvaihtoehdon jälkeen lisäkysymys tai kehoitus siirtyä johonkin toiseen kysymykseen ja osassa kysymyksiä Sinulta tiedustellaan jotain, mikä Sinun pitää kirjoittaa tai numeroida.

Jos joudut korjaamaan jotain vastaustasi, vedä risti virheellisen merkinnän yli.

## TÄSTÄ ALKAVAT VARSINAISET KYSYMYKSET

### 1 ASUTKO KAKSOSESI KANSSA?

- 1 asun yhä hänen kanssaan
- 2 en asu ----> Kuinka usein tapaatte tai olette puhelinyhteydessä?
  - 1 päivittäin tai lähes päivittäin
  - 2 noin kerran viikossa
  - 3 1-2 kertaa kuukaudessa
  - 4 harvemmin

## KOULUNKÄYNTI JA TYÖ

### 2 KÄYTKÖ KOULUA TAI OPISKELETKO NYKYISIN?

- 1 en ole koulussa enkä opiskele ----> siirry kysymykseen 4
- 2 olen koulussa tai opiskelen, en käy työssä
- 3 olen koulussa tai opiskelen, mutta käyn myös työssä

### 3 MINKÄLAISESSA KOULUSSA TAI OPPILAITOKSESSA OPISKELET?

- 1 peruskoulu, keskikoulu
- 2 lukio
- 3 korkeakoulu, yliopisto
- 4 ammattikoulu (kauppa- tai teknillinen koulu, maatalous- tai

kotiteollisuusoppilaitos tms.)

- 5 ammattiopisto (kauppaopisto, teknillinen opisto, sairaanhoito-oppilaitos tms.)
  - 6 työllisyyskurssi, ammattikurssi tms.
  - 7 muu koulu tai opisto, mikä?
- 

### 4 JOS ET NYKYISIN OPISKELE TAI KÄY KOULUA, MITÄ TEET?

OLEN:

- 1 tilapäisesti harjoittelemassa jatkaakseni opiskelua
- 2 ansiotyössä
- 3 asevelvollisuutta suorittamassa
- 4 työttömänä tai pakkolomalla

4

5 kotona

6 muuta, mitä? \_\_\_\_\_

## VAPAA-AJAN VIETTO

5 KENEN KANSSA VIETÄT TAVALLISESTI VAPAA-AIKASI?

- 1 yksinäni
- 2 kaksosveljeni/sisareni kanssa
- 3 perheen kanssa
- 4 yhden ystäväni kanssa
- 5 kahden ystäväni kanssa
- 6 isommassa joukossa

6 KUINKA PALJON VAPAA-AJASTASI VIETÄT YHDESSÄ KAKSOSESI KANSSA?

- 1 vietän lähes kaiken vapaa-aikani kaksoseni kanssa
- 2 vietän vapaa-aikaani jonkin verran enemmän kaksoseni kuin muiden kanssa
- 3 vietän vapaa-aikaani jonkin verran enemmän muiden kuin kaksoseni kanssa
- 4 vietän vapaa-aikaani enimmäkseen muiden kuin kaksoseni kanssa
- 5 asumme erillään, eikä meillä ole tilaisuutta olla yhdessä
- 6 en osaa sanoa

## PITUUS JA PAINO

7 NYKYINEN PITUUS \_\_\_\_\_ cm

8 NYKYINEN PAINO \_\_\_\_\_ kg

## TERVEYS

9 MITÄ MIELTÄ OLET TERVEYDENTILASTASI? ONKO SE TÄLLÄ HETKELLÄ

- 1 erittäin hyvä
- 2 melko hyvä
- 3 keskinkertainen

- 4 melko huono
- 5 erittäin huono

## TUPAKOINTI SEKÄ KAHVIN JA ALKOHOLIN KÄYTTÖ

10 MIKÄ SEURAAVISTA VAIHTOEHDOSTA KUVAA PARHAITEN NYKYISTÄ TUPAKOINTIASI?

- 1 tupakoin päivittäin vähintään 10 savuketta
- 2 tupakoin päivittäin, kuitenkin enintään 9 savuketta päivässä
- 3 tupakoin kerran viikossa tai useammin, en kuitenkaan päivittäin
- 4 tupakoin harvemmin kuin kerran viikossa
- 5 olen lakossa tai lopettanut tupakoinnin
- 6 en ole koskaan tupakoinut

11 KUINKA MONTA KUPILLISTA JUOT KAHVIA TAI TEETÄ PÄIVÄSSÄ?

KAHVIA                      0 en juo päivittäin  
                                     1 noin \_\_\_\_\_ kupillista

TEETÄ                        0 en juo päivittäin  
                                     1 noin \_\_\_\_\_ kupillista

12 KUINKA USEIN KAIKEN KAIKKIAAN KÄYTÄT ALKOHOLIA? KOETA OTTAA MUKAAN MYÖS NE KERRAT, JOLLOIN NAUTIT HYVIN PIENIÄ MÄÄRIÄ ALKOHOLIA, VAIKKAPA VAIN PUOLI PULLOA KESKIOLUTTA TAI TILKAN VIINIÄ.

- 1 päivittäin
- 2 pari kertaa viikossa
- 3 kerran viikossa
- 4 pari kertaa kuukaudessa
- 5 noin kerran kuukaudessa
- 6 noin kerran parissa kuukaudessa
- 7 3-4 kertaa vuodessa
- 8 kerran vuodessa tai harvemmin
- 9 en käytä alkoholia

13 ENTÄ KUINKA USEIN KÄYTÄT ALKOHOLIA TOSI HUMALAASTI?

- 1 kerran viikossa tai useammin
- 2 noin 1-2 kertaa kuukaudessa

- 3 harvemmin
- 4 en koskaan

14 KUINKA MONENA PÄIVÄNÄ YHTEENSÄ OLET VIIMEISEN NELJÄN VIIKON  
~~AIKANA~~ JUONUT OLUTTA, VIINIÄ TAI VÄKEVIÄ ALKOHOLIJUOMIA?

\_\_\_\_\_ päivänä

- 0 en lainkaan

15 KUINKA SUURI OSA TUTTAVAPIIRISI SAMANIKÄISISTÄ SAMAA  
SUKUPUOLTA OLEVISTA NUORISTA JUO SILLOIN TÄLLÖIN

Olutta	Viiniä	Viinaa
1 melkein kaikki	1 melkein kaikki	1 melkein kaikki
2 useimmat	2 useimmat	2 useimmat
3 puolet	3 puolet	3 puolet
4 muutamat	4 muutamat	4 muutamat
5 tuskin kukaan	5 tuskin kukaan	5 tuskin kukaan

## LIIKUNTA

16 MITÄ MIELTÄ OLET NYKYISESTÄ RUUMIILLISESTA KUNNOSTASI?  
ONKO SE

- 1 erittäin hyvä
- 2 melko hyvä
- 3 tyydyttävä
- 4 melko huono
- 5 erittäin huono

17 KUINKA USEIN HARRASTAT URHEILUA TAI LIIKUNTAA VAPAA-  
AIKANASI (KOULUN LIIKUNTATUNTEJA EI LASKETA MUKAAN)?

- 1 en lainkaan
- 2 harvemmin kuin kerran kuukaudessa
- 3 1-2 kertaa kuukaudessa
- 4 noin kerran viikossa

- 5 2-3 kertaa viikossa
- 6 4-5 kertaa viikossa
- 7 suunnilleen joka päivä

18 MILLAISTA VAPAA-AJAN LIIKUNTAA HARRASTAT?  
(koulun liikuntatunteja ei lasketa mukaan)

(voit ympäröidä useita vaihtoehtoja)

1 en harrasta liikuntaa lainkaan -----> siirry kysymykseen 20

- |                                   |                  |                       |
|-----------------------------------|------------------|-----------------------|
| 2 pyöräily                        | 8 aerobic        | 14 pesäpallo          |
| 3 lenkkeily, hölkkä               | 9 muu voimistelu | 15 koripallo          |
| 4 uinti                           | 10 tennis        | 16 kaukalopallo       |
| 5 hiihto                          | 11 jalkapallo    | 17 jääkiekko          |
| 6 pujottelu, laskettelu           | 12 lentopallo    | 18 luistelu           |
| 7 kuntosaliharjoittelu,<br>bodaus | 13 sulkapallo    | 19 painon/voimannosto |

20 Muuta, mitä? \_\_\_\_\_

19 OSALLISTUTKO NYKYISIN URHEILUKILPAILUIHIN TAI PELAATKO  
JOUKKUEESSA?

- 1 ei
- 2 kyllä, mikä laji tai mitkä lajit:

---



---

## OHJE:

Kukin alla olevista vastauspareista käsittää kaksi vaihtoehtoa (**A** ja **B**), joista Sinun tulisi valita parhaiten mieltymyksiäsi ja tuntemuksiasi kuvaava vaihtoehto ja rengastaa se lomakkeeseen. Joissakin tapauksissa molemmat vaihtoehdot saattavat kuvata mieltymyksiäsi ja tuntemuksiasi. Valitse silloin se vaihtoehto, joka kuvaa niitä parhaiten. Jos kumpikaan vaihtoehdoista ei miellytä Sinua, merkitse se vaihtoehto, joka tuntuu vähemmän vastenmieliseltä.

On tärkeää, että vastaat kaikkiin kohtiin valitsemalla vain yhden vaihtoehdon (**A** tai **B**). Olemme kiinnostuneita vain Sinun mieltymyksistäsi tai tunteistasi - emme siitä, miten muut tuntevat tai miten pitäisi tuntea. Tässä testissä ei ole oikeita eikä väärä vastauksia. Ole avoin ja arvioi itseäsi rehellisesti.

- |    |  |  |
|----|--|--|
| 1. | <b>A</b> Pidän riehakkaista, estottomista juhlista.  | <b>B</b> Suosin rauhallisia juhlia, joissa keskustellaan asioista.   |
| 2. | <b>A</b> Toivon usein, että voisin olla vuorikiipeilijä.   | <b>B</b> En ymmärrä ihmisiä, jotka vaarantavat henkensä kiipeilemällä vuorilla.                                    |
| 3. | <b>A</b> Seikkailen mielelläni oudossa kaupungissa tai kaupunginosassa itsekseni, vaikka se merkitsisikin eksymistä. | <b>B</b> Turvaudun mieluummin oppaaseen ollessani paikassa, jota en tunne hyvin.                                   |
| 4. | <b>A</b> En pidä ihmisistä, jotka sanovat tai tekevät jotakin vain järkyttääkseen tai hämmentääkseen toisia.         | <b>B</b> Kun voi ennalta arvata lähes kaikki toisen tekemiset ja sanomiset, täytyy olla kysymyksessä tylsä tyyppi. |
| 5. | <b>A</b> Järkevä ihminen välttää vaarallisia toimintoja.   | <b>B</b> Teen joskus mielelläni asioita, jotka ovat hieman pelottavia.   |
| 6. | <b>A</b> En pidä ihmisistä, jotka juoksevat viimeisten villitysten perässä.  | <b>B</b> Nautin huippumuodikkaiden, menevien ihmisten seurasta.  |
| 7. | <b>A</b> Kokeilen mielelläni uusia ruokia, joita en ole koskaan aikaisemmin maistanut.                               | <b>B</b> Tilaan ruokalajeja, jotka entuudestaan tunnen, välttääkseni pettymyksiä ja epämiellyttäviä kokemuksia.    |



8. **A** Haluaisin ryhtyä harrastamaan vesihiihtoa. **B** En haluaisi ryhtyä harrastamaan vesihiihtoa.
9. **A** Haluaisin lähteä matkalle ilman ennalta suunniteltua tai määrättyä reittiä tai aikataulua. **B** Kun lähden matkalle, suunnittelen mielelläni reittini ja aikatauluni melko huolellisesti.
10. **A** Pidän eniten ystävistä, joilla on "jalat maassa". **B** Haluaisin ystävystyä joidenkin erikoisten ihmisten - kuten taiteilijoiden tai hippien - kanssa.
11. **A** Pidän enemmän veden pinnasta kuin syvyyksistä. **B** Haluaisin lähteä sukeltamaan syvyyksiin.
12. **A** Haluaisin tavata joitakin ihmisiä, jotka ovat homoseksuelleja (miehiä tai naisia). **B** Pysyn kaukana sellaisesta ihmisestä, jota epäilen "kieroutuneeksi".
13. **A** Pidän eniten ystävistä, jotka ovat jännittävästi ennalta arvaamattomia. **B** Pidän eniten ystävistä, jotka ovat luotettavia ja joiden käyttäytymisen voi etukäteen arvata.
14. **A** En ole kiinnostunut kokemuksista kokemusten vuoksi. **B** Pidän uusista ja jännittävästä kokemuksista ja aistimuksista, vaikka ne olisivatkin vähän pelottavia, epäsovinnaisia tai laittomia.
15. **A** Hyvässä taiteessa olennaista on sen selkeys, muotojen symmetria ja värien harmonia. **B** Minusta modernin taiteen riitelevät värit ja epäsäännölliset muodot ovat usein kauniita.
16. **A** Minusta on hauska viettää aikaa tutussa kotiympäristössä. **B** Tulen hyvin levottomaksi, jos minun täytyy pysytellä kotona pitkähköjä aikoja.
17. **A** Sukellan mielelläni korkealta telineeltä. **B** Tunnen oloni epämiellyttäväksi, kun seison korkealla telineellä (tai en mene sitä lähellekään).
18. **A** Menen mielelläni ulos fyysisesti viehättävien vastakkaisen sukupuolen edustajien kanssa. **B** Menen mielelläni ulos sellaisten vastakkaisen sukupuolen edustajien kanssa, joilla on samanlaiset henkiset arvot kuin minulla.

19. **A** Suurin sosiaalisen kanssakäymisen pahe on olla epäkohtelias. **B** Suurin sosiaalisen kanssakäymisen pahe on olla ikävystyttävä.
20. **A** Ihmisen tulisi olla seksuaalisesti kokenut ennen avioliittoa. **B** On parempi, että aviopuolisot saavat ensimmäiset seksuaaliset kokemuksensa keskenään.
21. **A** Pidän terävistä ja nokkelista ihmisistä, vaikka he joskus loukkaavatkin muita. **B** Minusta ihmiset, jotka pitävät hauskaa loukkaamalla muiden tunteita, ovat vastenmielisiä.
22. **A** Elokuvissa on kaiken kaikkiaan liikaa seksiä. **B** Nautin monista elokuvien seksikohtauksista.
23. **A** Ihmisten pitäisi pukeutua joidenkin maku-, siisteys- ja tyylinormien mukaan. **B** Ihmisten pitäisi pukeutua yksilöllisesti, vaikka vaikutus olisikin joskus kummallinen.
24. **A** Vauhdikas laskettelu alas jyrkkää rinnettä on hyvä tapa päätyä kainalosauvoille. **B** Luullakseni nauttisin laskettelusta hurjaa vauhtia alas jyrkkää rinnettä.

## TAPAHTUMAT VIIMEISTEN 12 KUUKAUDEN AIKANA

21 SEURAAVASSA LUETELLAAN JOUKKO TAPAHTUMIA, JOITA ELÄMÄSSÄ VOI SATTUA. ONKO SINULLE SATTUNUT SEURAAVIA TAPAHTUMIA VIIMEISTEN 12 KUUKAUDEN AIKANA?

	Ei ole tapahtunut	On tapahtunut
Koulun tai opiskelupaikan vaihto	1	2
Vanhempiesi avioero tai muuttaminen erilleen toisistaan	1	2
Muutto toiselle paikkakunnalle	1	2
Vakava riitautuminen isä tai äidin kanssa	1	2
Vakava riitautuminen läheisen ystävän kanssa	1	2

22 SEURAAVAKSI LUETELLAAN MUUTAMIA ASIOITA, JOITA VOI SATTUA ALKOHOLIN NAUTTIMISEN YHTEYDESSÄ. PYYDÄMME SINUA MAINITSEMAAN KUNKIN KOHDALLA, ONKO SAMANLAISTA TAI SAMANTAPAISTA SATTUNUT SINULLE VIIMEKSI KULUNEIDEN 12 KUUKAUDEN AIKANA ALKOHOLIN NAUTTIMISEN YHTEYDESSÄ.

	Kyllä	Ei
Oletko joutunut riitaan jonkun kanssa?	1	2
Oletko joutunut käsikähmään tai tappeluun?	1	2
Oletko kadottanut rahaa, arvoesineitä tms.?	1	2
Onko esineitä tai vaatteita vahingoittunut?	1	2
Oletko jälkeinpäin katunut puheitasi tai tekojasi?	1	2

23 ONKO TERVEYDENTILASSASI TAPAHTUNUT OLEELLINEN MUUTOS VIIMEISTEN 12 KUUKAUDEN AIKANA (ESIMERKIKSI VAKAVA SAIRAUUS TAI TAPATURMA)?

- 1 ei  
2 kyllä, kerro tarkemmin:

---



---

24 ONKO ELÄMÄSSÄSI SATTUNUT VIIMEISTEN 12 KUUKAUDEN AIKANA JOKIN MUU TÄRKEÄ MYÖNTEINEN TAI KIELTEINEN MUUTOS?

- 1 ei  
2 kyllä, kerro tarkemmin:

---



---

**TÄHÄN LOPPUVAT KYSYMYKSET. PYYDÄMME SINUA VIELÄ YSTÄVÄLLISESTI TARKISTAMAAN, ETTÄ OLET VASTANNUT KYSYMYKSIIN ANNETTujen OHJEIDEN MUKAISESTI.**

**KIITÄMME SINUA ANTAMASTASI AVUSTA TÄHÄN LÄÄKETIETEELLISEEN  
TUTKIMUKSEEN.**