



**Markku Peltonen • Kennet Harald • Satu Männistö
Liisa Saarikoski • Päivi Peltomäki • Laura Lund
Jouko Sundvall • Anne Juolevi • Tiina Laatikainen
Helena Aldén-Nieminen • Riitta Luoto • Pekka Jousilahti
Veikko Salomaa • Marketta Taimi • Erkki Vartiainen**

Kansallinen FINRISKI 2007 -terveystutkimus

Tutkimuksen toteutus ja tulokset

Kansanterveyslaitoksen julkaisuja **B** 34/2008



Kansanterveyslaitos
Folkhälsöinstitutet
National Public Health Institute

Kansanterveyslaitoksen julkaisuja

B34 / 2008

Publications of the National Public Health Institute

Peltonen M, Harald K, Männistö S, Saarikoski L, Peltomäki P, Lund L, Sundvall J, Juolevi A, Laatikainen T, Aldén-Nieminen H, Luoto R, Jousilahti P, Salomaa V, Taimi M, Vartiainen E

Kansallinen FINRISKI 2007 -terveystutkimus

Tutkimuksen toteutus ja tulokset

Kansanterveyslaitos

Terveyden edistämisen ja kroonisten tautien ehkäisyn osasto

KTL-National Public Health Institute, Finland

Department of Health Promotion and Chronic Disease Prevention

Helsinki 2008

Kansanterveyslaitoksen julkaisu B34 / 2008

Copyright National Public Health Institute

Julkaisija-Utgivare-Publisher

Kansanterveyslaitos (KTL)

Mannerheimintie 166

00300 Helsinki

Puh. vaihde (09) 474 41, telefax (09) 4744 8408

Folkhälsoinstitutet

Mannerheimvägen 166

00300 Helsingfors

Tel. växel (09) 474 41, telefax (09) 4744 8408

National Public Health Institute

Mannerheimintie 166

FIN-00300 Helsinki, Finland

Telephone +358 9 474 41, telefax +358 9 4744 8408

<http://www.ktl.fi>

ISBN 978-951-740-911-7 (print)

ISBN 978-951-740-905-6 (pdf)

ISSN 0359-3576

<http://www.ktl.fi/portal/2920>

Yliopistopaino

Helsinki 2008

Peltonen M, Harald K, Männistö S, Saarikoski L, Peltomäki P, Lund L, Sundvall J, Juolevi A, Laatikainen T, Aldén-Nieminen H, Luoto R, Jousilahti P, Salomaa V, Taimi M, Vartiainen E. Kansallinen FINRISKI 2007 -terveystutkimus. Tutkimuksen toteutus ja tulokset. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja, B34/2008, 72 sivua
ISBN 978-951-740-911-7 (print), 978-951-740-905-6 (pdf), ISSN 0359-3576
<http://www.ktl.fi/portal/2920>

TIIVISTELMÄ

Kansallinen FINRISKI 2007 -terveystutkimus on osa Kansanterveyslaitoksen väestötutkimus-sarjaa, jonka tarkoituksena on seurata sydän- ja verisuonitautien sekä eräiden muiden kansantautien ja näiden riskitekijöiden tasoa ja muutosta Suomessa. Tutkimus toteutettiin ensimmäisen kerran vuonna 1972 Pohjois-Karjala-projektin arvioimiseksi, minkä jälkeen tutkimus on toteutettu viiden vuoden välein. Tutkimuksen laajennuttua eri alueille Suomessa on tutkimushankkeen keskeiseksi tavoitteeksi noussut valtakunnallinen riskitekijäseuranta.

Järjestyksessä kahdeksas FINRISKI-tutkimus toteutettiin vuonna 2007 kuudella tutkimusalueella: Pohjois-Karjalan maakunnassa, Pohjois-Savon maakunnassa, Turussa, Loimaalla sekä yhdeksässä Varsinais-Suomen kunnassa, Helsingin ja Vantaan kaupungeissa, Oulun läänissä ja Lapin läänissä. Tutkimus toteutettiin kevään 2007 aikana. Tutkimuksen kohteena oli kunkin alueen 25–74-vuotias väestö. Tutkimuksen otos ositettiin sukupuolen, 10-vuotiskäryhmän ja tutkimusalueiden mukaan. Tutkimuksen otoskoko oli 11 953 henkilöä, joista 67 % osallistui. Tutkimus sisälsi kyselylomakkeen ja terveystarkastuksen, jonka yhteydessä tehtiin mittauksia ja otettiin verinäytteitä laboratorioanalyysjä varten.

Väestön keskimääräinen seerumin kolesterolipitoisuus on kääntynyt uudelleen laskuun tasaantumisvaiheen jälkeen. Huolimatta tästä myönteisestä kehityksestä, keskimääräinen kolesterolipitoisuus oli edelleen sekä miehillä että naisilla yli suositellun 5,0 mmol/l. Vuosikymmeniä jatkunut myönteinen kehitys väestön verenpaineitasoissa näyttää nyt pysähtyneen. Tämä muutos voitaneen osin selittää lihavuuden yleistymisellä ja alkoholin käytön lisääntymisellä. Miesten tupakointi on vähentynyt jo vuosikymmeniä, ja vähentyminen jatkui myös viimeisimmän viiden vuoden aikana. Myös naisten tupakointi näyttää kääntyneen hienoiseen laskuun viimeisten viiden vuoden aikana.

Suomalaisten miesten keskimääräinen painoindeksi on vuosien varrella vähitellen suurentunut. Miesten ja naisten painoindeksin nousu ei kuitenkaan ollut enää tilastollisesti merkitsevä vuosien 2002 ja 2007 välillä. Merkittävästi lihavia oli miehistä 19 % ja naisista 21 %. Vyötärönympäryys on kasvanut tasaisesti sekä miehillä että naisilla vuodesta 1987 lähtien.

Oman terveytensä joko erittäin tai melko hyväksi kokevien osuus väestössä on kasvanut tasaisesti 1970-luvun alusta lähtien. Työn fyysisesti raskaaksi kokevien osuus ei ole muuttunut 1990-luvun alusta, mutta vapaa-ajan liikkuminen on edelleen lisääntynyt. Keski-ikäiset kokevat myös oman fyysisen kuntonsa paremmaksi kuin aikaisempina vuosina. Vastanneiden tyytyväisyys saavutuksiin elämässä, talouteen ja perhe-elämään on kasvanut verrattuna 1970-luvun alkuun.

Suomalaisten keskeisimmät sydän- ja verisuonitautien riskitekijät ovat vähentyneet viimeisten 35 vuoden aikana merkittävästi. Varsinkin seerumin kokonaiskolesterolipitoisuuden ja verenpaineen osalta väestötasolla tapahtuneet muutokset ovat huomiota herättäviä. Vuonna 2007 toteutetun kansallisen FINRISKI 2007 -terveystutkimuksen mukaan tämä myönteinen kehitys on pääosin jatkunut keskeisimpien sydän- ja verisuonisairauksien riskitekijöiden muutoksissa. Lisäksi itse koettu terveys, vapaa-ajan liikunta, oma fyysinen kunto ja elämänlaatu ovat kehittyneet myönteisesti edellisiin tutkimuksiin verrattuna.

Asiasanat: sydän- ja verisuonisairaudet, riskitekijät, verenpaine, kolesterolipaino, tupakointi, elintavat, väestötutkimus, terveysseuranta, kansanterveys

Peltonen M, Harald K, Männistö S, Saarikoski L, Peltomäki P, Lund L, Sundvall J, Juolevi A, Laatikainen T, Aldén-Nieminen H, Luoto R, Jousilahti P, Salomaa V, Taimi M, Vartiainen E. Den nationella FINRISKI 2007 –hälsoundersökningen
Folkhälsoinstitutets publikationer, B34/2008, 72 sidor
ISBN 978-951-740-911-7 (print), 978-951-740-905-6 (pdf), ISSN 0359-3576
<http://www.ktl.fi/portal/2920>

SAMMANFATTNING

Den nationella FINRISKI-hälsoundersökningen genomförs vart femte år i Finland. Syftet med studien är att kartlägga riskfaktorer för kroniska sjukdomar, samt att följa förändringarna i riskfaktortrender. Undersökningen har haft samma upplägg sedan 1972, då undersökningen gjordes för första gången. Syftet var då att utvärdera effekterna av Norra Karelen-projektet. Efter att studien har expanderats så att den numera genomförs i flera geografiska regioner i Finland, är studiens huvudsyfte nationell uppföljning av den finländska befolkningens hälsa och hälsobeteende.

Under våren 2007 genomfördes den åttonde FINRISKI-hälsoundersökningen inom sex regioner i Finland: Helsingfors–Vanda, Åbo–Loimaa, landskapet Norra Savolax, landskapet Norra Karelen, Uleåborgs län, och Lapplands län. Ur befolkningsregistret drogs ett slumpmässigt urval på 11 953 personer i åldern 25–74, av vilka 67% deltog i undersökningen. Urvalet var stratifierat på kön, 10-års åldersgrupper samt de sex regioner i studien. Forskningsmaterialet samlades in med frågeformulär och en hälsokontroll där det ingick antropometriska och kliniska mätningar.

Den genomsnittliga kolesterolhalten i befolkningen har åter sjunkit mellan 2002 och 2007 efter en stabil period. Trots den positiva utvecklingen så är den genomsnittliga kolesterolhalten både hos kvinnor och män fortfarande över det rekommenderade värdet på 5.0 mmol/l. Den nedåtgående trenden på blodtrycksnivåer hos män och kvinnor som hållit i sig länge verkar nu vara bruten. En orsak till detta kan vara att övervikt har blivit vanligare, samt att användningen av alkohol har ökat. Andelen män som röker har minskat stadigt i flera årtionden. För första gången observerades det nu även hos kvinnor en tendens till minskad rökning.

Den genomsnittliga kroppsvikten och body mass index har ökat, speciellt bland män. Förändringen från 2002 till 2007 i body mass index var dock inte nu statistiskt signifikant. Andelen feta i befolkningen är hög; 19 % bland män och 21 % bland kvinnor. Midjeomfånget har kontinuerligt ökat hos både män och kvinnor sedan 1987.

Andelen som upplever sitt eget hälsotillstånd som gott eller mycket gott har ökat stadigt sedan tidigt 1970-tal. Andelen som bedömer sitt arbete som fysiskt ansträngande har inte förändrats mycket sedan 1990-talets början, men fysisk aktivitet på fritiden har blivit vanligare. Befolkningen är mycket mera nöjd med det de åstadkommit i livet, sin ekonomiska situation samt sitt familjeliv nu än i början av 1970-tal.

De viktigaste riskfaktorerna för hjärt- och kärlsjukdomar har minskat markant under de senaste 35 åren. Nedgången speciellt i den genomsnittliga kolesterolhalten och blodtrycksnivån i befolkningen är påfallande stor. Enligt den nationella FINRISKI 2007 –undersökningen har den gynnsamma trenden huvudsakligen fortsatt. Enligt befolkningens egna uppfattning har det egna hälsotillstånd, den fysiska konditionen och livskvaliteten har förbättrats jämfört med de tidigare undersökningarna.

Ämnesord: hjärt- och kärlsjukdomar, riskfaktorer, blodtryck, kolesterol, kroppsvikt, tobaksrökning, hälsobeteende, befolkningsundersökning, uppföljning av folkhälsan

Peltonen M, Harald K, Männistö S, Saarikoski L, Peltomäki P, Lund L, Sundvall J, Juolevi A, Laatikainen T, Aldén-Nieminen H, Luoto R, Jousilahti P, Salomaa V, Taimi M, Vartiainen E. The National FINRISK 2007 Study.

Publications of the National Public Health Institute, B34/2008, 72 pages
ISBN 978-951-740-911-7 (print), 978-951-740-905-6 (pdf), ISSN 0359-3576
<http://www.ktl.fi/portal/2920>

ABSTRACT

In Finland, cardiovascular risk factors have been studied with population-based health surveys at five year-intervals since 1972. The main aim of these surveys is to follow the population risk factors trends to serve public health policy and prevention planning. The first surveys were conducted in Eastern Finland in the North Karelia and Kuopio provinces. The aim of these surveys was to evaluate the effectiveness of the North Karelia Project. Later on, the surveys have been carried out also in Southwestern Finland, in the capital area and in Northern Finland. From 1982 to 1992 the surveys were part of the multinational WHO MONICA study, and from 1992 the surveys have been called The National FINRISK Study.

In year 2007, the eight population risk factor survey, the National FINRISK 2007 Study, was carried out in six areas in Finland: the cities of Helsinki and Vantaa (the metropolitan area), the areas of Turku and Loimaa, and the provinces of North Savo, North Karelia, Oulu and Lapland. The total sample size was 11 953 persons in the age group 25-74 year, and the response rate was 67%. The sample was a random sample from the Finnish Population Information System, stratified according to sex, 10-year age groups, and the six geographical areas. As in the earlier years, the survey protocol followed closely the WHO MONICA protocol. Study teams in each of the regions, with five trained nurses in each, carried out the survey. Survey included a self-administered questionnaire and a health examination, where anthropometric measurements, blood pressure measurements and blood sampling was carried out.

Overall, serum total cholesterol levels have declined since 1972. There was a leveling-off period between 1997 and 2002, but in the past five years serum cholesterol levels have again declined in all areas by about 5 %. Blood pressure has declined since 1972, but the decline seems to have leveled off during the past five years. Possible reasons for this could be the increasing prevalence of obesity and increase in alcohol consumption. Prevalence of smoking among men has been declining for decades, and now for the first time a decline in smoking was also observed in women. The average body weight and body mass index has increased during the past decades, especially among men. However, during the latest five-year period 2002-2007, the change in body mass index was no longer statistically significant. Still, the prevalence of obesity is high in Finnish adult population. There has been a steady increase in the waist circumference both in men and women.

The average cardiovascular risk factor levels have decreased markedly in Finland since 1972. During the same time period, cardiovascular disease mortality has decreased by 80 % in middle-aged population. Most of this decline can be explained by the changes in main cardiovascular disease risk factor levels. According to the latest national risk factor survey in year 2007, this favorable trend in risk factors has mainly been continuing during the past five years. In addition, favorable changes in self-reported health status, leisure time physical activity, physical fitness and quality of life in general population have been observed.

Keywords: cardiovascular disease, risk factors, blood pressure, cholesterol, body weight, smoking, lifestyle, population health survey, health monitoring, public health

SISÄLLYSLUETTELO

| | |
|---|-----------|
| 1. TUTKIMUKSEN TAUSTA JA TAVOITTEET | 1 |
| 2. TUTKIMUKSEN TOTEUTUS | 1 |
| 2.1. Tutkimusalueet ja kohdeväestö | 1 |
| 2.2. Otanta ja alaotokset | 2 |
| 2.3. Aineiston keruu | 2 |
| 2.3.1. Kyselylomake | 2 |
| 2.3.2. Kenttätyön kulku | 2 |
| 2.3.3. Mittaukset | 3 |
| 2.3.4. Laboratorioanalyysit | 3 |
| 2.4. Tutkimusorganisaatio ja henkilökunta | 4 |
| 3. TULOKSET | 4 |
| 3.1. Tulosten raportointi | 4 |
| 3.2. Osallistumisaktiivisuus | 6 |
| 3.3. Tärkeimpien kroonisten tautien riskitekijöiden muutokset 1972-2007 | 6 |
| 3.3.1. Kolesterolin | 6 |
| 3.3.2. Verenpaine | 8 |
| 3.3.3. Paino ja vyötärönympäryys | 9 |
| 3.3.4. Tupakointi | 11 |
| 3.4. Muita tuloksia | 12 |
| 3.4.1. Terveystila ja terveystalouden käyttö | 12 |
| 3.4.2. Liikunta | 13 |
| 3.4.3. Toimintakyky | 15 |
| 3.4.4. Alkoholi | 15 |
| 3.4.5. Lisääntymisterveys | 16 |
| 3.4.6. Elämänlaatu | 17 |
| 4. YHTEENVETO | 19 |
| 5. SUMMARY IN ENGLISH | 21 |
| 6. KIRJALLISUUSVIITTEET | 22 |

LIITTEET:

Liite 1: Otos, kato, osallistuneet ja osallistumisprosentti vuonna 2007.

Liite 2: Seerumin kolesterolin (mmol/l) keskiarvo ja hajonta.

Liite 3: Seerumin kolesterolin jakauma.

Liite 4: Systolisen verenpaineen (mmHg) keskiarvo (1. ja 2. mittauksen keskiarvo) ja hajonta.

Liite 5: Systolisen verenpaineen jakauma (1. ja 2. mittauksen keskiarvo).

Liite 6: Diastolisen verenpaineen (mmHg) keskiarvo (1. ja 2. mittauksen keskiarvo) ja hajonta.

Liite 7: Diastolisen verenpaineen jakauma (1. ja 2. mittauksen keskiarvo).

Liite 8: Painoindeksin (kg/m²) keskiarvo ja hajonta.

Liite 9: Painoindeksin jakauma.

Liite 10: Tupakoivien prosenttiosuus.

Liite 11: FINRISKI 2007 -tutkimuksen suunnittelutyöryhmät.

Liite 12: FINRISKI 2007 -tutkimuksen peruslomake.

1. TUTKIMUKSEN TAUSTA JA TAVOITTEET

Kansallinen FINRISKI 2007 -terveystutkimus on osa Kansanterveyslaitoksen väestötutkimussarjaa, jonka tarkoituksena on seurata sydän- ja verisuonitautien sekä eräiden muiden kansantautien ja näiden riskitekijöiden tasoa ja muutosta Suomessa. Tutkimus toteutettiin ensimmäisen kerran vuonna 1972 Pohjois-Karjalan ja Kuopion lääneissä Pohjois-Karjala-projektin arvioimiseksi, minkä jälkeen tutkimus on toteutettu viiden vuoden välein. Turun ja Loimaan alueella vastaavat tutkimukset aloitettiin vuonna 1982 ja Helsingin ja Vantaan alueella vuonna 1992. Oulun läänissä tutkimus tehtiin ensimmäistä kertaa vuonna 1997 ja vuoden 2002 tutkimuksessa oli mukana myös Lapin lääni. Tutkimuksen laajennuttua eri alueille Suomessa on tutkimushankkeen keskeiseksi tavoitteeksi noussut valtakunnallinen riskitekijäseuranta.

Alun perin tutkimukset kohdistuivat erityisesti sydän- ja verisuonitautien riskitekijöihin, niihin liittyvään terveyskäyttäytymiseen, todettuihin sairauksiin ja eräisiin oireisiin sekä taustatekijöihin. Vuodesta 1982 alkaen tutkimukset ovat laajentuneet käsittämään yleisemmin keskeisten kroonisten kansantautien riskitekijöitä sekä väestön terveyden edistämisen kannalta keskeisiä kysymyksiä. Tärkeimmät mittaukset ja mittausten menetelmät ovat kuitenkin säilyneet lähes muuttumattomina.

FINRISKI 2007 -tutkimus palvelee terveystieteistä päätöksentekoa tuottamalla tietoa kroonisten tautien riskitekijöistä sekä näiden tekijöiden alueellisista eroista Suomessa. Vuonna 2007 saatuja tietoja verrataan aikaisempien FINRISKI-tutkimusten tuloksiin suomalaisväestön riskitekijätasojen muutosten kuvaamiseksi. Näin aineisto mahdollistaa kroonisten kansantautien riskitekijöihin ja niihin liittyvän terveyskäyttäytymisen ja väestön ravintotottumusten kansallisen seurannan (Finravinto-tutkimukset). Lisäksi voidaan tutkia sairauksien, riskitekijöiden, terveystiettyymisen, ravinto-tekijöiden sekä erilaisten taustatekijöiden esiintyvyyttä ja yhteyksiä poikkileikkausasetelmassa. Yhdistämällä tutkimusaineisto kansallisiin rekisteritietoihin voidaan tutkia erilaisten riskitekijöiden merkitystä tauteja ja kuolleisuutta ennustavina tekijöinä kohortti-asetelmassa.

2. TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

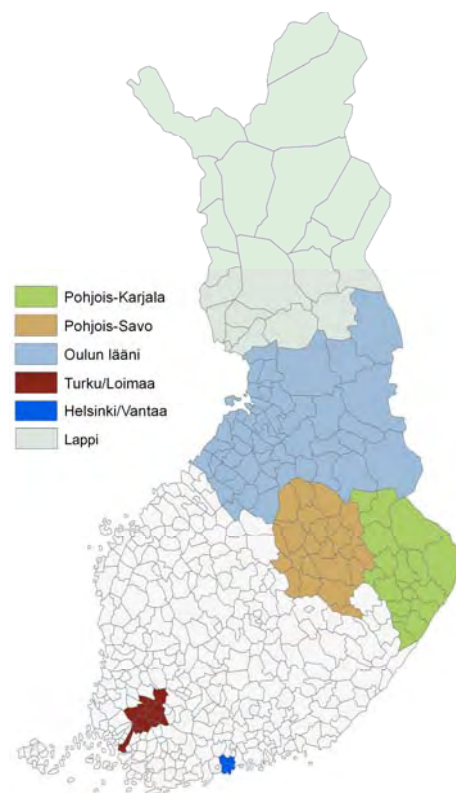
FINRISKI 2007 -tutkimuksen tiedonkeruun perustutkimus toteutettiin tammi–maaliskuussa vuonna 2007. Tutkimus noudatti pääpiirteiltään Kansanterveyslaitoksella vuodesta 1972 toteutettuja tutkimuksia. Tutkimusmenetelminä on noudatettu kansainvälisen WHO MONICA -tutkimuksen mallia¹. Lisäksi on huomioitu Euroopan Unionin kansainvälisen tutkimusmenetelmien standardoimisprojektin (Euroopan Health Risk Monitoring) viimeisimmät suositukset².

2.1. Tutkimusalueet ja kohdeväestö

FINRISKI 2007 -tutkimuksen kyselytutkimus ja terveystarkastus-osiot tehtiin viidellä tutkimusalueella: 1) Pohjois-Karjalan maakunnassa, 2) Pohjois-Savon maakunnassa, 3) Turussa, Loimaalla sekä yhdeksässä Varsinais-Suomen kunnassa, 4) Helsingin ja Vantaan kaupungeissa ja 5) Oulun läänissä (kuva 1). Lisäksi tutkimuksen postikyselyosio toteutettiin 6) Lapin läänin alueella. Tutkimuksessa oli mukana yhteensä 123 kuntaa.

Tutkimuksen kohteena oli kunkin alueen 25–74-vuotias väestö. Tutkimusväestöön kuulumattomiksi katsottiin otannan ja tutkimuksen välillä alueelta poismuuttaneet ja kuolleet.

Kuva 1. FINRISKI 2007 -tutkimusalueet.



2.2. Otanta ja alaotokset

Tutkittavat poimittiin väestörekisteristä satunnaisotannalla siten, että kultakin alueelta jokaisessa sukupuolen ja 10-vuotiskäryhmän mukaan ositetussa solussa oli 200 henkilöä. Perusotoksen suuruus oli kullakin alueella 2000 henkilöä, ja tutkimuksen kokonaisotos 12000 henkilöä. Lopullinen otoskoko tutkimusalueilta poismuuttaneiden ja kuolleiden huomioimisen jälkeen oli 11 953 henkilöä.

FINRISKI 2007 -tutkimuksen yhteydessä tehtiin nyt raportoitavan perustutkimuksen lisäksi useita liitännäistutkimuksia pääasiallisesti erilaisille alaotoksille. Näitä tutkimuksia olivat mm. ravintotutkimus³, tupakkariippuvuustutkimus, toimintakykytutkimus, kylmä-kuuma-altistustutkimus, alkoholitutkimus, allergia- ja astmatutkimus, verenpaine- ja sokeri- ja rasva-aineenvaihduntatutkimus. Finravinto- ja alkoholitutkimukset toteutettiin haastattelututkimuksina. Sokeri- ja rasva-aineenvaihduntatutkimus toteutettiin erillisenä tutkimuskäyntinä, johon kutsuttiin kaikki FINRISKI 2007 -tutkimukseen osallistuneet henkilöt. Samoin verenpaine- ja sokeritutkimus toteutettiin erillisenä tutkimuskäyntinä Turun alueella. Nämä alaotokset raportoidaan erillisinä julkaisuina.

2.3. Aineiston keruu

Tutkimus sisälsi kyselylomakkeen ja terveystarkastuksen, jonka yhteydessä tehtiin mittauksia ja otettiin verinäytteitä laboratorioanalyysejä varten. Kaikille otokseen valituille henkilöille lähetettiin postitse kotiin kyselylomake ja kutsu oman kunnan terveyskeskuksessa tai muussa tutkimuspaikassa toteutettavaan terveystarkastukseen. Tiedonkeruu aloitettiin 22.1.2007 ja lopetettiin tutkimusalueesta riippuen 29.3.–10.4.2007. Lapin alueen postikyselytutkimus toteutettiin huhti–kesäkuussa 2007.

2.3.1. Kyselylomake

Tutkimuksen kyselylomake (liite 12) sisälsi kysymyksiä sosiodemografisista tekijöistä, terveyspalvelujen käytöstä, sairauksista ja oireista, terveystietoisuudesta, ravintotottumuksista ja psykososiaalisista tekijöistä. Tutkimushenkilöt saivat lomakkeen kotiinsa tutkimuskutsun mukana. Heitä pyydettiin täyttämään lomake etukäteen ennen terveystarkastukseen saapumista. Lomake tarkastettiin ja täydennettiin terveystarkastuksen yhteydessä, ja tutkittavilla oli mahdollisuus esittää lomakkeeseen liittyviä kysymyksiä tutkimushoitajalle.

2.3.2. Kenttätyön kulku

Tutkimus toteutettiin pääasiallisesti kunkin kunnan terveyskeskuksessa tai muussa terveyskeskuksen osoittamassa tutkimuspaikassa. Kullakin tutkimusalueella työskenteli viiden hengen koulutettu tutkimusryhmä. Lisäksi tutkimusryhmään kuului alueesta riippuen kaksi ravintohaastattelijaa sekä yksi alkoholihaastattelija.

Tutkimuspaikalle saavuttuaan tutkittavat kävivät neljässä tutkimuspisteessä. Ensimmäisessä pisteessä heiltä tarkastettiin henkilöllisyys, annettiin lisätietoa tutkimuksesta ja pyydettiin kirjallinen suostumus tutkimustietojen keräämiseen ja käyttöön. Tässä pisteessä mitattiin myös pituus ja paino.

Toisessa tutkimuspisteessä tutkittavilta mitattiin verenpaine, pulssi, vyötärön ja lantion ympärykset sekä haastateltiin leipärasvan käyttöä.

Kolmannessa tutkimuspisteessä otettiin verinäytteet. Pisteessä työskenteli kaksi laboratorionhoitajaa, joista toinen toimi näytteenottajana ja toinen huolehti näytteiden jatkokäsittelystä ja pakkaamisesta.

Neljännessä tutkimuspisteessä työskenteli tutkimuksen vastuuhoitaja. Hän tarkasti tutkimuslomakkeen ja tarvittaessa täydensi sitä yhdessä tutkittavan kanssa. Lisäksi hän toteutti tutkimuksen yhteydessä toteutettujen alaotostutkimusten mittaukset ja ohjeisti kotona täytettävien ja jälkikäteen palautettavien lomakkeiden ja näytteiden toimittamisen.

Perustutkimuksen päätteeksi ravintohaastattelijat toteuttivat tietokoneavusteisesti 48 tunnin ruuankäyttöhaastattelun kolmannekselle FINRISKI-tutkimukseen osallistuneelle. Vastaavasti alkoholihaastattelija teki kolmella tutkimusalueella (Pohjois-Savo, Helsinki/Vantaa, Turku/Loimaa) alkoholinkäyttöhaastattelun kaikille niille jotka eivät kuuluneet ravintoalaotokseen.

2.3.3. Mittaukset

Tutkimuksessa tehdyt mittaukset on kuvattu tarkemmin erillisessä Menetelmät-raportissa ⁴.

Pituuden ja painon mittaaminen

Pituus mitattiin seinään kiinnitettävällä pituusmitalla. Tutkittavaa pyydettiin riisumaan kenkensä ja asettumaan seisomaan seinää vasten jalat yhdessä ja selkä suorana. Pituus luettiin pituusmitan asteikolta katsoen siihen vaakasuoraan. Mittaustulos kirjattiin tutkimuslomakkeelle 0,1 cm:n tarkkuudella.

Paino mitattiin kevyessä vaatetuksessa punnusvaa'alla. Tutkittavia pyydettiin riisumaan kenkensä, päällysvaatteensa, painavat housunsa ja villapaitansa sekä poistamaan vyönsä ja tyhjentämään taskunsa. Paino mitattiin sadan gramman tarkkuudella tutkittavien seistessä keskellä vaakaa, paino tasaisesti molemmilla jaloilla.

Verenpaineen mittaaminen

Verenpaine mitattiin elohopeamanometrillä tutkittavan leväytyä istuvassa asennossa vähintään viisi minuuttia. Mittauksissa käytettiin mansettia, jonka ilmatyynyn koko oli 14 cm x 40 cm. Mittaukset tehtiin tutkittavan istuessa hänen oikeasta käsivarresta. Systoliseksi verenpaineeksi kirjattiin se kohta, jossa ensimmäinen toisiaan seuraava sydänääni kuuluu (Korotkoffin I vaihe). Diastoliseksi verenpaineeksi merkittiin kohta, missä säännölliset pulssiäänät katoavat (Korotkoffin V vaihe).

Verenpaine mitattiin kolme kertaa. Mittausten välillä pidettiin vähintään minuutin tauko. Ensimmäisen ja toisen mittauksen välillä mitattiin pulssi.

Vyötärön ja lantion mittaaminen

Tutkittavia pyydettiin riisumaan kaikki vyötärön ja lantion aluetta kiristävät vaatteet. Mittaukset tehtiin tutkittavien seistessä kapeassa haara-asennossa paino tasaisesti molemmilla jaloilla. Vyötärön ympärysmitta mitattiin suoliluun harjanteen ja alimman kylkiluun puolivälistä. Mittanauhan lukema luettiin kevyen uloshengityksen aikana. Lantion ympärysmitta mitattiin lantion leveimmästä kohdasta noin kaksi sormenleveyttä häpyluun yläpuolelta. Mittaustulokset kirjattiin 0,5 cm:n tarkkuudella.

2.3.4. Laboratorioanalyysit

Tutkittavia oli pyydetty paastoamaan vähintään neljä tuntia ennen verinäytteiden ottoa. Laskimoverinäytteet otettiin tyhjiöputkiin kyynärtaipeen laskimosta. Staasi avattiin välittömästi sen jälkeen, kun neula oli saatu pistetyksi suoneen.

Verinäytteitä seisotettiin 30 minuuttia huoneenlämmössä. Tämän jälkeen näytteet sentrifugoitiin ja seerumi sekä plasma eroteltiin kuljetusputkiin. Näytteet pakastettiin hiilihappojäihin tai -20 °C pakastimeen. Kokoverinäytteet pakastettiin -20 °C välittömästi näytteiden oton jälkeen.

Seerumin kokonaiskolesteroli, HDL-kolesteroli, triglyseridit, glutamyyliitransferaasi (S-GT) ja herkkä C-reaktiivinen proteiini (hs-CRP) määritettiin pakasteseeruminäytteistä Kansanterveyslaitoksen Analyttisen biokemian laboratoriossa. Kolesterolimäärityksissä käytettiin entsymaattista CHOD-PAP-menetelmää (Abbott Laboratories. Abbott Park, Illinois, U.S.A), HDL-kolesterolimäärityksissä suoraa entsymaattista menetelmää (Abbott Laboratories. Abbott Park, Illinois, U.S.A), triglyseridimäärityksissä entsymaattista GPO-menetelmää (Abbott Laboratories. Abbott Park, Illinois, U.S.A), glutamyyliitransferaasimäärityksissä kineettistä menetelmää (Abbott Laboratories. Abbott Park, Illinois, U.S.A) sekä herkkä C-reaktiivinen proteiinimäärityksissä lateksi-immunoturbidometristä

menetelmää (Sentinel Diagnostics, Milano, Italia). Mittaukset suoritettiin kolorimetrisesti Architect c8000 (Abbott Laboratories, Abbott Park, Illinois, U.S.A) kliinisen kemian analysaattorilla.

2.4. Tutkimusorganisaatio ja henkilökunta

Tutkimuksen suunnittelusta ja toteuttamisesta vastasi sosiaali- ja terveysministeriön alainen Kansanterveyslaitos. Tutkimuksen käytännön toteuttaminen oli pääasiallisesti Terveyden edistämisen ja kroonisten tautien ehkäisyn osaston vastuulla. Osastolla tutkimuksen suunnittelusta vastasi FINRISKI 2007 -tutkimuksen johtoryhmä. Tutkimuksen eri osioiden suunnittelusta vastasivat suunnittelutyöryhmät, joiden puheenjohtajat muodostivat tutkimuksen suunnitteluryhmän. Suunnitteluryhmän ehdotukset tutkimuksen toteuttamisesta tuotiin johtoryhmän käsiteltäväksi. Laboratorioanalytiikasta vastasi Analyttisen biokemian laboratorio. Tietojärjestelmäyksikkö ja ATK-yksikkö olivat mukana tiedonkeruun logistiikan ja tiedonkeräyksen suunnittelussa ja toteuttamisessa.

Kenttätöön suunnittelun ja järjestelyt toteutti pääasiallisesti työryhmä, johon kuului yksi erikoistutkija, yksi apulaistutkija, yksi projektisihteeri, yksi ATK-suunnittelija, yksi mikrotukihenkilö ja kaksi avustavaa sihteeriä.

Tutkimuksessa oli mukana myös useita muita yhteistyötahoja erityisesti liitännäistutkimusten toteuttamisessa. Kansanterveyslaitokselta tutkimuksen toteuttamiseen osallistui lisäksi Terveyden ja toimintakyvyn osasto (toimintakyky- ja verenpainemittaustutkimukset) sekä Mielenterveyden ja alkoholitutkimuksen osasto (riskijuomisen seulontatutkimus). Oulun yliopiston kansanterveystieteen ja yleislääketieteen laitos vastasi kylmä-kuuma-altistuskyseleyn suunnittelusta ja osallistui alaotoksen rahoitukseen. Lapin alueen postikyselytutkimuksen rahoittivat Lapin ja Länsi-Pohjan sairaanhoitopiirit.

Kenttätutkimuksen suoritti viisi Kansanterveyslaitoksen palkkaamaa tutkimusryhmää. Kussakin ryhmässä työskenteli kolme sairaanhoitajaa tai terveydenhoitajaa sekä kaksi laboratorionhoitajaa. Kukin tutkimusryhmä vastasi yhden tutkimusalueen kenttätutkimuksesta. Yksi kunkin ryhmän sairaanhoitajista, joka toimi verenpaineen mittaajana, kiersi tutkimusryhmissä työskennellen jokaisella tutkimusalueella kahden viikon jaksoissa. Kenttätöissä olleet tutkimushoitajat koulutettiin tutkimuspisteitensä vastaaviin tehtäviin ennen tutkimuksen alkua Kansanterveyslaitoksella kahden viikon mittaisen koulutusjakson aikana. Tutkimusryhmään kuului lisäksi tutkimusalueesta riippuen kaksi ravintohaastattelijaa sekä yksi alkoholihaastattelija.

3. TULOKSET

3.1. Tulosten raportointi

Tämä raportti sisältää FINRISKI 2007 -tutkimuksen perustulokset. Lisäksi raportoidaan kroonisten tautien tärkeimpien riskitekijöiden muutokset alueittain ja tutkimusvuosittain vuodesta 1972 alkaen.

Riskitekijöiden muutokset on raportoitu ikäryhmälle 30–59-vuotiaat, joka on yhteinen kaikille tutkimusvuosille. Muutokset on raportoitu alueittain ja sukupuolittain, ja tutkimusvuosien välillä tapahtuneiden muutosten tilastollisissa testauksissa on huomioitu vain molempina tutkimusvuosina mukana olleet alueet. Jatkuvien muuttujien muutosten testaamisessa on käytetty varianssianalyysiä ja prosenttiosuuksien muutoksissa logistista regressiomallia. Analyyseissä on käytetty kovariaatteina ikää ja tutkimusaluetta. Kuvioissa on käytetty muuttujien raakakeskiarvoja.

FINRISKI 2007 -tutkimuksen perustulokset taulukkoina on esitetty liitteinä tämän raportin lopussa. Tulokset on esitetty alueittain, sukupuolittain ja kymmenvuotisikäryhmittäin (25–74-vuotiaat). Taulukointi on pääasiassa tehty edustamaan koko vastaajaväestöä, jolloin vastausten yhteenlaskettu lukumäärä kussakin taulukossa on sama ja vastaa tutkimukseen osallistuneiden määrää. Joissakin taulukoissa prosenttiosuudet on laskettu erityistä alaryhmää kohden, jolloin taulukoinnin pohjana

käytetyt henkilöt on ilmoitettu taulukon otsikossa. Taulukot, joissa eri tutkimusalueiden tiedot on yhdistetty, raportoidaan kahdella tavalla. Ensiksi raportoidaan kaikkien vastanneiden tulokset kaikilta alueilta ilman erityisiä painotuksia iän, sukupuolen tai tutkimusalueen osalta. Toisessa taulukossa annetaan tulokset painotettuina väestön lukumäärään seuraavilla tavoilla: i) ikä- ja sukupuolikohtaiset arvot on painotettu tutkimusalueiden asukasmäärään suhteutettuna; ii) koko ikäryhmää koskevat sukupuolikohtaiset arvot on painotettu vastaamaan tutkimusalueiden ikäryhmittäistä asukasmäärää; iii) koko ikäryhmää ja molempia sukupuolia koskevat arvot on painotettu vastaamaan tutkimusalueiden ikä- ja sukupuolikohtaista asukasmäärää.

Tämän perusraportin lisäksi tutkimuksesta on julkaistu taulukkoliite, jossa on esitetty FINRISKI 2007 -tutkimuksen tulostaulukot⁵. Liitteessä on taulukoituna suorat jakaumat kaikista tutkimuslomakkeen sisältämistä kysymyksistä ja terveystarkastuksen aikana haastatelluista kysymyksistä. Lisäksi liitteeseen on taulukoitu terveystarkastuksessa tehtyjen mittausten ja tärkeimpien laboratorioanalyysien tulokset sekä jakaumina että keskiarvotaulukoina. Myös aikaisemmista FINRISKI-tutkimuksista on julkaistu taulukkoraportit⁶⁻⁸.

Taulukko 1. FINRISKI-tutkimuksen otoskoot ja osallistumisprosentit (30–59 -vuotiaat) vuosina 1972–2007.

| | Miehet | | Naiset | |
|------------------------|------------------|---------------------|------------------|---------------------|
| | Otos <i>n</i> | Osallistuminen % | Otos <i>n</i> | Osallistuminen % |
| Pohjois-Karjala | | | | |
| 1972 | 1959 | 94 | 2056 | 96 |
| 1977 | 2063 | 87 | 2020 | 91 |
| 1982 | 1599 | 77 | 1511 | 84 |
| 1987 | 1521 | 79 | 1485 | 87 |
| 1992 | 759 | 69 | 750 | 81 |
| 1997 | 747 | 72 | 761 | 76 |
| 2002 | 779 | 67 (63*) | 769 | 76 (72*) |
| 2007 | 616 | 62 (58*) | 611 | 70 (65*) |
| Pohjois-Savo | | | | |
| 1972 | 2918 | 91 | 2949 | 94 |
| 1977 | 2933 | 89 | 2996 | 92 |
| 1982 | 1459 | 83 | 1143 | 88 |
| 1987 | 762 | 82 | 745 | 87 |
| 1992 | 767 | 76 | 734 | 85 |
| 1997 | 766 | 70 | 753 | 81 |
| 2002 | 754 | 66 (60*) | 754 | 78 (74*) |
| 2007 | 615 | 65 (59*) | 617 | 71 (66*) |
| Turku/Loimaa | | | | |
| 1982 | 1506 | 82 | 1487 | 87 |
| 1987 | 756 | 77 | 761 | 83 |
| 1992 | 747 | 75 | 720 | 85 |
| 1997 | 770 | 69 | 758 | 75 |
| 2002 | 766 | 66 (58*) | 761 | 75 (68*) |
| 2007 | 592 | 58 (54*) | 585 | 73 (70*) |
| Helsinki/Vantaa | | | | |
| 1992 | 751 | 70 | 734 | 74 |
| 1997 | 769 | 63 | 777 | 72 |
| 2002 | 767 | 62 (56*) | 761 | 71 (65*) |
| 2007 | 602 | 57 (52*) | 601 | 69 (64*) |
| Oulun lääni | | | | |
| 1997 | 766 | 66 | 752 | 76 |
| 2002 | 748 | 65 (59*) | 744 | 77 (72*) |
| 2007 | 603 | 64 (61*) | 611 | 69 (65*) |
| Lapin lääni | | | | |
| 2002 | 759 | 67 (61*) | 765 | 79 (75*) |
| 2007 | 610 | 55 (0*) | 613 | 65 (0*) |

* tutkittavista ne, jotka osallistuivat myös terveystarkastukseen

Osa tutkittavista täytti vain kyselylomakkeen osallistumatta terveystarkastukseen. Tällaiset tutkimushenkilöt on luokiteltu kohtaan 'puuttuva tieto' mittaus- ja laboratoriotuloksia esittävisissä taulukoissa. Koska Lapin läänissä ei tehty terveystarkastuksia vuonna 2007, mittaus- ja laboratoriotuloksia ei tältä alueelta esitetä.

3.2. Osallistumisaktiivisuus

Vuodesta 1972 alkaen toteutettujen väestön riskitekijätutkimusten otokset ja osallistumisaktiivisuudet (30–59-vuotiaille) on esitetty taulukossa 1. Osallistumisaktiivisuus on laskenut vuosien myötä. Ensimmäisiin tutkimuksiin 1970-luvulla osallistui yli 90 % otokseen valituista, kun vuonna 2007 30–59-vuotiaiden osallistumisaktiivisuus oli 65 %.

FINRISKI 2007 -tutkimukseen osallistui kaikkiaan 7993 henkilöä, joista 6258 täytti tutkimuslomakkeen ja osallistui terveystarkastukseen (liite 1). Lisäksi 1735 henkilöä palautti vain kyselylomakkeen mukaan lukien Lapin läänin tutkimusalue, jossa tutkimus tehtiin pelkkänä postikyselytutkimuksena. Koko tutkimuksen osallistumisaktiivisuus oli 63 % miehillä ja 71 % naisilla. Osallistumisaktiivisuus vaihteli alueittain, sukupuolittain ja ikäryhmittäin. Paras osallistumisaktiivisuus oli Pohjois-Karjalan maakunnassa, jossa tutkimukseen osallistui 70 % otoksesta. Pienin osallistumisaktiivisuus oli Helsingin ja Vantaan alueella, jossa tutkimukseen osallistui 65 % kutsutuista ja Lapin läänissä (63 %), jossa tutkimus tehtiin postikyselynä. Naiset osallistuivat aktiivisemmin kuin miehet, ja osallistumisaktiivisuus oli suurempi vanhemmissa ikäryhmissä. Yksityiskohtaiset otos- ja osallistumistiedot löytyvät tämän raportin liitteestä 1.

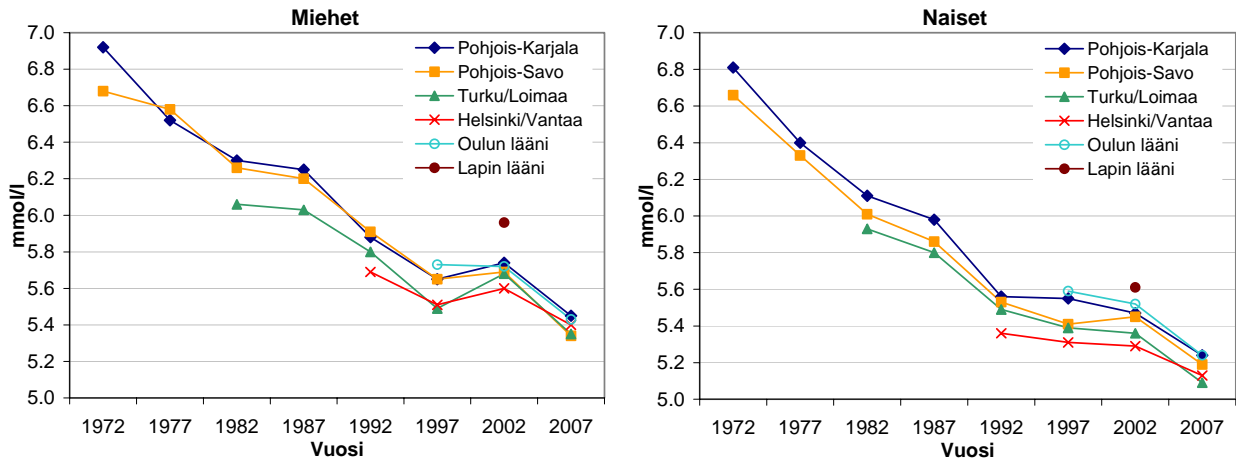
3.3. Tärkeimpien kroonisten tautien riskitekijöiden muutokset 1972–2007

3.3.1. Kolesterolit

Vuosikymmeniä jatkunut seerumin kolesterolipitoisuuden lasku pysähtyi vuosien 1997 ja 2002 välillä (kuva 2). Vuosien 2002 ja 2007 välillä kolesterolitaso kuitenkin kääntyi uudelleen laskuun sekä miehillä että naisilla. Suomalaisten 30–59-vuotiaiden miesten seerumin kolesterolipitoisuuden keskiarvo oli 5,69 mmol/l vuonna 2002 ja 5,39 mmol/l vuonna 2007. Samanikäisillä naisilla keskiarvot olivat 5,42 mmol/l vuonna 2002 ja 5,18 mmol/l vuonna 2007. Miesten kolesterolipitoisuuksissa ei alueiden välillä ollut enää vuonna 2007 tilastollisesti merkitseviä eroja, mutta naisilla kolesterolipitoisuudet olivat korkeammat Itä- ja Pohjois-Suomessa kuin Etelä- ja Länsi-Suomessa. Vuoden 2007 tutkimuksen mukaan kolesterolipitoisuus oli tutkittu edeltäneen vuoden aikana 35 %:lta kaikkien viiden tutkimusalueen mieheltä ja naiselta (25–64-vuotiaat, kuva 3). Sekä miehillä että naisilla tutkittujen osuus oli kasvanut tilastollisesti merkitsevästi vuoden 2002 tutkimukseen verrattuna. Alueiden välillä oli eroja sekä mittausaktiivisuudessa että tämän muutoksessa edelliseen tutkimukseen verrattuna.

Vuonna 2007 miesten (25–74-vuotiaat) seerumin kolesterolipitoisuus oli korkein Pohjois-Karjalassa (5,29 mmol/l) ja Oulun läänissä (5,28 mmol/l) ja matalin Turku-Loimaan (5,17 mmol/l) ja Helsingin ja Vantaan (5,22 mmol/l) alueilla (liite 2). Myös naisten (25–74-vuotiaat) kolesterolitasot olivat matalimmat Helsingissä ja Vantaalla (5,24 mmol/l) ja Turku-Loimaan alueella (5,20 mmol/l). Alueiden väliset erot olivat kuitenkin pieniä. Vuonna 2007 41 %:lla 25–74-vuotiaista miehistä ja 43 %:lla samanikäisistä naisista seerumin kokonaiskolesteroli oli alle 5,0 mmol/l, joka on tämän hetkinen suositus (liite 3). Alueittaiset erot olivat sekä miehillä että naisilla pieniä (kuva 4). Miehistä ja naisista yli 8,0 mmol/l arvoja oli vajaalla 1 %:lla ja yli 6,5 mmol/l arvoja lähes 10 %:lla (liite 3).

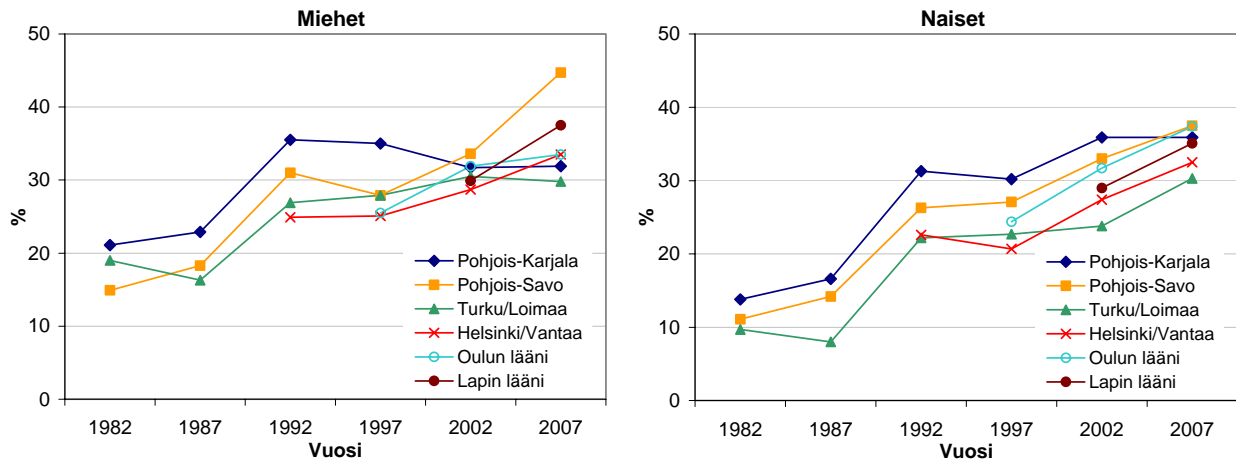
Kuva 2. Seerumin kolesterolitasto 30–59-vuotiailla miehillä ja naisilla 1972–2007.



Tilastotaulukko: varianssianalyysi (p-arvot):

| ANOVA | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Alue | 0,001 | 0,182 | 0,001 | 0,005 | 0,001 | 0,002 | 0,278 | 0,001 | 0,007 | 0,001 | 0,019 | 0,001 | 0,001 | 0,001 |
| Vuosi | 0,001 | 0,001 | 0,044 | 0,001 | 0,001 | 0,017 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,063 | 0,001 |
| Alue x vuosi | 0,001 | 0,553 | 0,357 | 0,376 | 0,536 | 0,463 | 0,647 | 0,160 | 0,570 | 0,977 | 0,246 | 0,278 | 0,489 | 0,729 |

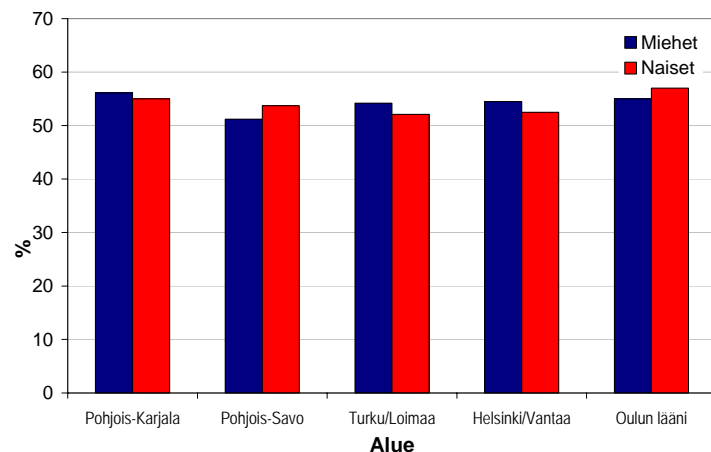
Kuva 3. Tutkittu veren kolesterolitasto edeltäneen vuoden aikana, 25–64-vuotiaat miehet ja naiset 1982–2007.



Tilastotaulukko: logistinen regressiomalli (p-arvot):

| LOGISTIC | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Alue | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,004 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 |
| Vuosi | 0,741 | 0,001 | 0,535 | 0,008 | 0,001 | 0,083 | 0,001 | 0,710 | 0,001 | 0,001 |
| Alue x vuosi | 0,119 | 0,894 | 0,570 | 0,027 | 0,026 | 0,027 | 0,080 | 0,838 | 0,415 | 0,500 |

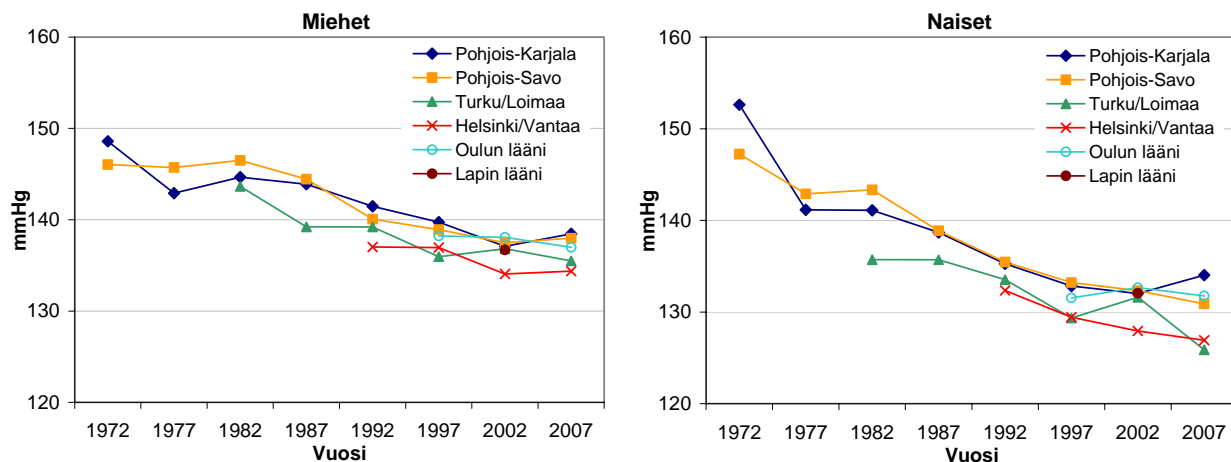
Kuva 4. Niiden osuus 25–74-vuotiaasta väestöstä, joilla kolesteroli oli vähintään 5,0 mmol/l vuonna 2007.



3.3.2. Verenpaine

Miesten systolinen verenpaine laski aina vuoteen 2002 asti, mutta vuoden 2007 tutkimuksen mukaan lasku on nyt pysähtynyt (kuva 5). Viiden tutkimusalueen systolisen verenpaineen keskiarvo oli (1. mittaus) 30–59-vuotiailla miehillä 137 mmHg sekä vuonna 2002 että 2007 ($p=0,87$). Naisilla systolinen verenpaine jatkoi edelleen laskuaan, sillä hienoinen 1,5 mmHg:n lasku vuosien 2002 ja 2007 välillä oli tilastollisesti merkitsevä ($p=0,005$). Naisten systolinen verenpaine oli matalampi kuin miesten. Kummankaan sukupuolen diastolinen verenpaine ei laskenut viimeisten viiden vuoden aikana (kuva 6). Verenpaineen mittausten yleisyys on pitkään pysynyt muuttumattomana, mutta viimeisen viiden vuoden aikana mittaaminen näytti hieman yleistyneen erityisesti miehillä (kuva 7).

Kuva 5. Systolinen verenpaine (1. mittaus) 30–59-vuotiailla miehillä ja naisilla 1972–2007.

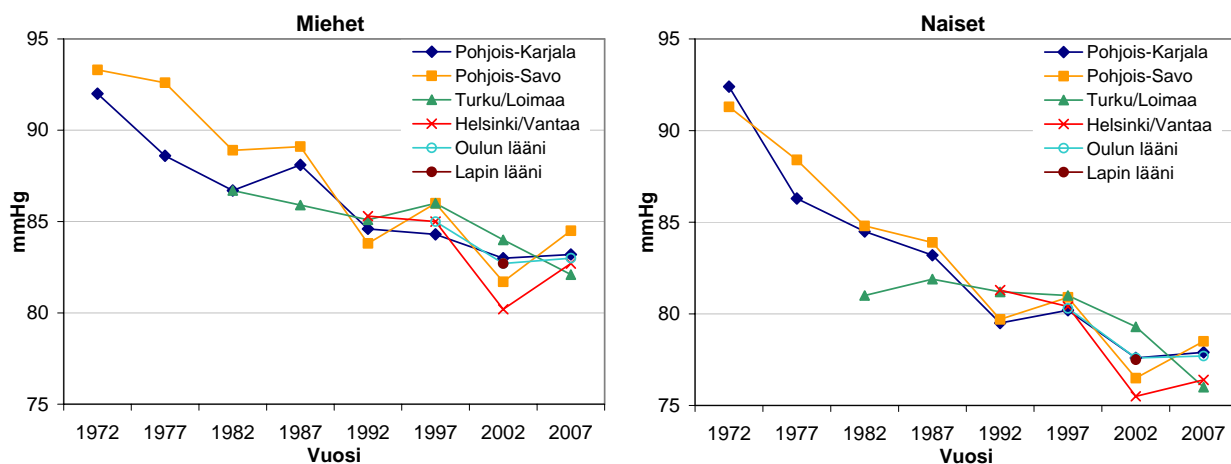


Tilastotaulukko: varianssianalyysi (p-arvot):

| ANOVA | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Alue | 0,543 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 |
| Vuosi | 0,001 | 0,013 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,004 | 0,839 |
| Alue x vuosi | 0,001 | 0,934 | 0,009 | 0,023 | 0,152 | 0,115 | 0,487 |

| 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 |
| 0,001 | 0,777 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,610 | 0,005 |
| 0,001 | 0,793 | 0,005 | 0,686 | 0,408 | 0,101 | 0,001 |

Kuva 6. Diastolinen verenpaine (1. mittaus) 30–59-vuotiailla miehillä ja naisilla 1972–2007.



Tilastotaulukko: varianssianalyysi (p-arvot):

| ANOVA | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Alue | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,176 | 0,100 | 0,001 | 0,027 |
| Vuosi | 0,001 | 0,001 | 0,804 | 0,001 | 0,142 | 0,001 | 0,035 |
| Alue x vuosi | 0,001 | 0,044 | 0,010 | 0,001 | 0,025 | 0,003 | 0,001 |

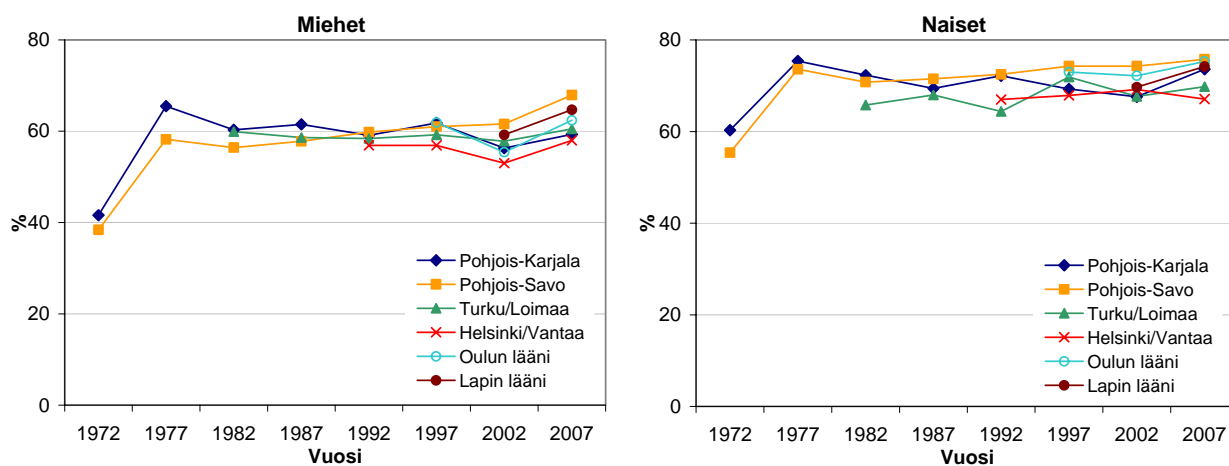
| 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 0,007 | 0,001 | 0,001 | 0,256 | 0,037 | 0,001 | 0,002 |
| 0,001 | 0,001 | 0,727 | 0,001 | 0,847 | 0,001 | 0,984 |
| 0,001 | 0,001 | 0,003 | 0,001 | 0,085 | 0,002 | 0,001 |

Vuonna 2007 miesten (25–74-vuotiaat) systolinen verenpaine (1. ja 2. mittauksen keskiarvo) oli matalin Helsingissä ja Vantaalla (136 mmHg) ja korkein Pohjois-Karjalassa (141 mmHg, liite 4). Naisilla (25–74-vuotiaat) systolinen verenpaine oli matalin Turun ja Loimaan (129 mmHg) sekä

Helsingin ja Vantaan (131 mmHg) alueilla ja korkein Pohjois-Karjalassa (138 mmHg). Molemmilla sukupuolilla alueiden väliset erot olivat tilastollisesti merkitseviä ($p < 0,001$ sekä miehillä että naisilla). Kaikkien viiden tutkimusalueen väestön systolisen verenpaineen iän ja alueen suhteen painotettu keskiarvo oli 25–74-vuotiaille miehille 136 mmHg ja samanikäisille naisille 131 mmHg. Systolinen verenpaine oli yli 140 mmHg 37 %:lla 25–74-vuotiaista miehistä ja 28 %:lla samanikäisistä naisista ⁵, taul. 8_1.

Miesten (25–74-vuotiaat) diastolinen verenpaine (1. ja 2. mittauksen keskiarvo) oli keskimäärin 81–82 mmHg eri alueilla (liite 6). Naisilla diastolinen verenpaine oli matalin Turun ja Loimaan alueella (75 mmHg) muiden alueiden keskiarvojen ollessa noin 77 mmHg. Naisilla alueiden väliset erot olivat tilastollisesti merkitseviä ($p < 0,01$). Kaikkien tutkimusalueiden iän ja alueen suhteen painotettu diastolisen verenpaineen keskiarvo oli 25–74-vuotiailla miehillä 81 mmHg ja samanikäisillä naisilla 77 mmHg. Diastolinen verenpaine oli yli 90 mmHg noin 23 %:lla 25–74-vuotiaista miehistä ja 11 %:lla samanikäisistä naisista ⁵, taul. 8_5.

Kuva 7. 30–59-vuotiaiden miesten ja naisten osuus, joiden verenpaine oli mitattu edellisen vuoden aikana 1972–2007.



Tilastotaulukko: logistinen regressiomalli (p-arvot):

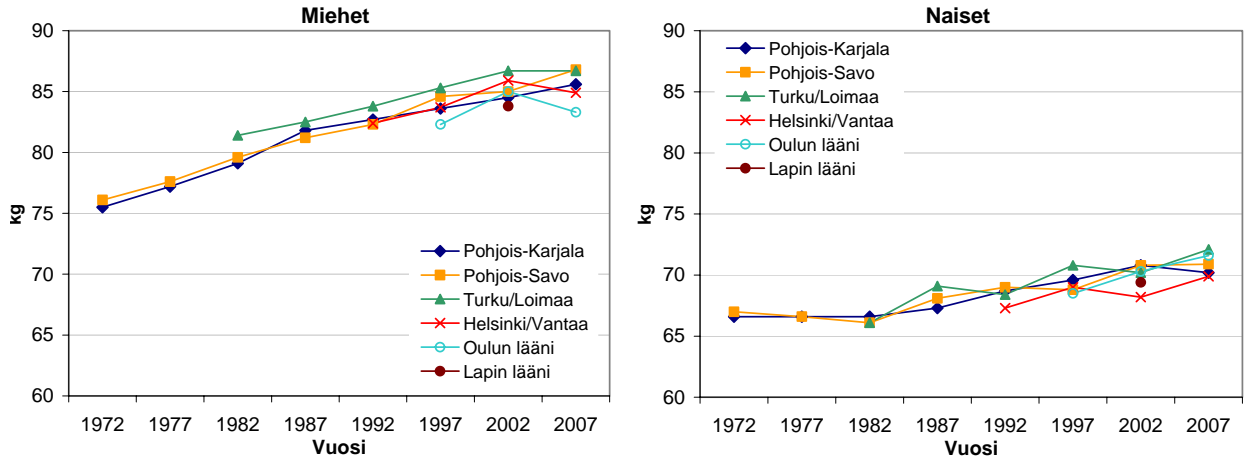
| LOGISTIC | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Alue | 0,001 | 0,001 | 0,277 | 0,735 | 0,257 | 0,027 | 0,001 | 0,005 | 0,238 | 0,008 | 0,003 | 0,004 | 0,004 | 0,007 |
| Vuosi | 0,001 | 0,002 | 0,690 | 0,772 | 0,546 | 0,010 | 0,002 | 0,001 | 0,007 | 0,648 | 0,285 | 0,262 | 0,328 | 0,046 |
| Alue x vuosi | 0,050 | 0,031 | 0,772 | 0,490 | 0,981 | 0,507 | 0,983 | 0,192 | 0,961 | 0,162 | 0,180 | 0,064 | 0,633 | 0,415 |

3.3.3. Paino ja vyötärönympäryys

Miesten paino on noussut tasaisesti kaikilla alueilla aina vuoteen 2002 asti (kuva 8), mutta viimeisten viiden vuoden aikana painon nousu ei ole ollut enää tilastollisesti merkitsevää. Myös naisilla paino on noussut, ja lisäksi vuosien 2002 ja 2007 välillä painon nousu oli tilastollisesti merkitsevää. Sekä miesten että naisten vyötärön ympärysmitta on kasvanut vuodesta 1987 alkaen, jolloin vyötärönympäryys mitattiin ensimmäisen kerran FINRISKI-tutkimuksessa (kuva 9).

Alueiden välillä oli eroa painoindeksin muutoksissa viimeisten viiden vuoden aikana siten, että Helsingin ja Vantaan sekä Oulun läänin alueilla keskimääräinen painoindeksi laski, kun taas Pohjois-Karjalassa ja Pohjois-Savossa painoindeksi nousi hieman (kuva 10). Miesten pienimmät indeksiarvot mitattiin pääkaupunkiseudulla ja Oulun läänissä, naisten pääkaupunkiseudulla.

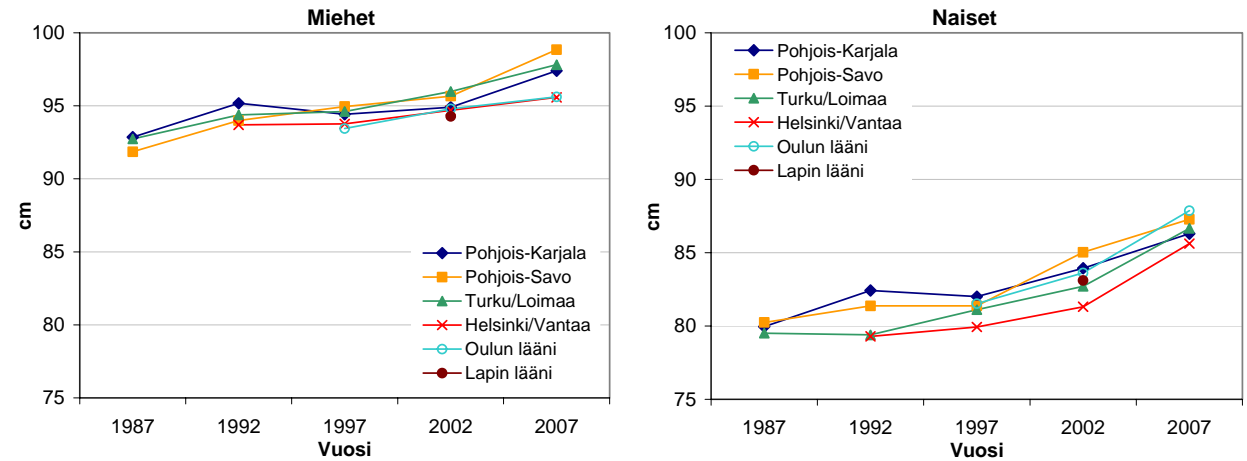
Kuva 8. Paino 30–59-vuotiailla miehillä ja naisilla 1972–2007.



Tilastotaulukko: varianssianalyysi (p-arvot):

| ANOVA | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Alue | 0,069 | 0,101 | 0,001 | 0,017 | 0,024 | 0,002 | 0,009 | 0,204 | 0,476 | 0,159 | 0,177 | 0,045 | 0,010 | 0,013 |
| Vuosi | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,009 | 0,001 | 0,001 | 0,939 | 0,501 | 0,441 | 0,001 | 0,102 | 0,005 | 0,077 | 0,034 |
| Alue x vuosi | 0,838 | 0,779 | 0,095 | 0,950 | 0,597 | 0,326 | 0,103 | 0,334 | 0,339 | 0,007 | 0,054 | 0,062 | 0,035 | 0,209 |

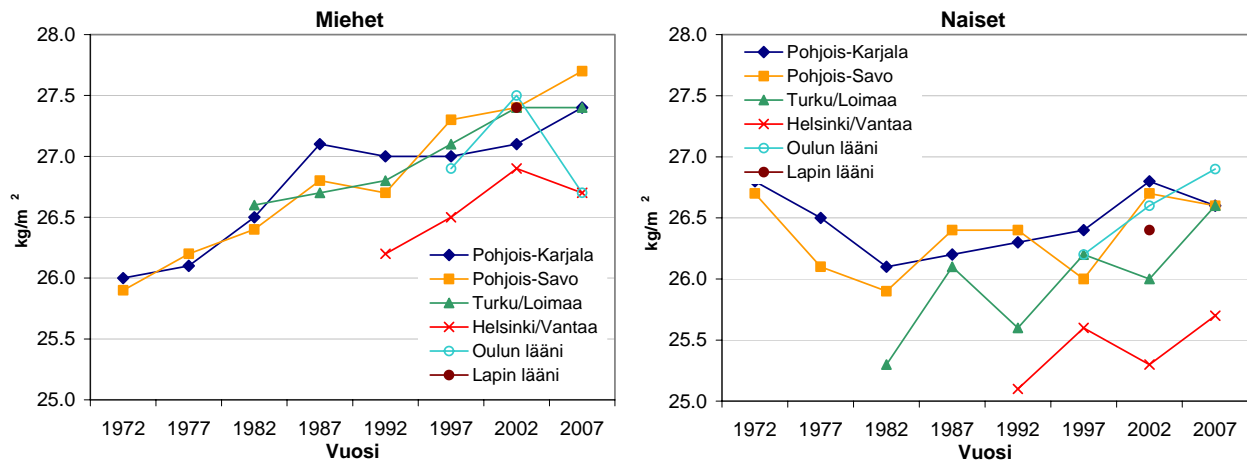
Kuva 9. Vyötärönympärys 25–64-vuotiailla miehillä ja naisilla 1987–2007.



Tilastotaulukko: varianssianalyysi (p-arvot):

| ANOVA | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Alue | 0,020 | 0,054 | 0,004 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 |
| Vuosi | 0,001 | 0,827 | 0,003 | 0,001 | 0,001 | 0,122 | 0,001 | 0,001 |
| Alue x vuosi | 0,655 | 0,212 | 0,733 | 0,096 | 0,002 | 0,094 | 0,143 | 0,109 |

Kuva 10. Painoindeksi 30–59-vuotiailla miehillä ja naisilla 1972–2007.



Tilastotaulukko: varianssianalyysi (p-arvot):

| ANOVA | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Alue | 0,809 | 0,401 | 0,551 | 0,055 | 0,001 | 0,002 | 0,004 | 0,081 | 0,012 | 0,012 | 0,008 | 0,001 | 0,001 | 0,001 |
| Vuosi | 0,004 | 0,001 | 0,002 | 0,944 | 0,015 | 0,017 | 0,543 | 0,001 | 0,010 | 0,001 | 0,588 | 0,213 | 0,218 | 0,291 |
| Alue x vuosi | 0,368 | 0,891 | 0,113 | 0,847 | 0,217 | 0,413 | 0,026 | 0,170 | 0,971 | 0,007 | 0,084 | 0,028 | 0,067 | 0,254 |

Vuonna 2007 25–74-vuotiaiden miesten painoindeksi oli pienin Helsingin ja Vantaan (27,0 kg/m²) sekä Oulun läänin (26,9 kg/m²) alueilla (liite 8). Samanikäisillä naisilla painoindeksi oli pienin Helsingin ja Vantaan alueella (26,4 kg/m²) ja korkein Pohjois-Karjalassa ja Oulun läänissä (27,2 kg/m²). Vuonna 2007 kaikkien tutkimusalueiden iän ja alueen suhteen painotettu painoindeksin keskiarvo oli miehillä 27,0 kg/m² ja naisilla 26,5 kg/m². Miehillä merkittävästi lihavien (painoindeksi vähintään 30 kg/m²) osuus oli pienin Helsingin ja Vantaan sekä Oulun läänin alueilla (19 %) (liite 9). Naisilla osuus oli suurin Pohjois-Karjalassa (26 %) ja pienin Helsingin ja Vantaan alueella (20 %). Normaalipainoisia (painoindeksi alle 25 kg/m²) iän ja alueen suhteen painotettuna oli kaikilla tutkimusalueilla 34 % miehistä ja 47 % naisista.

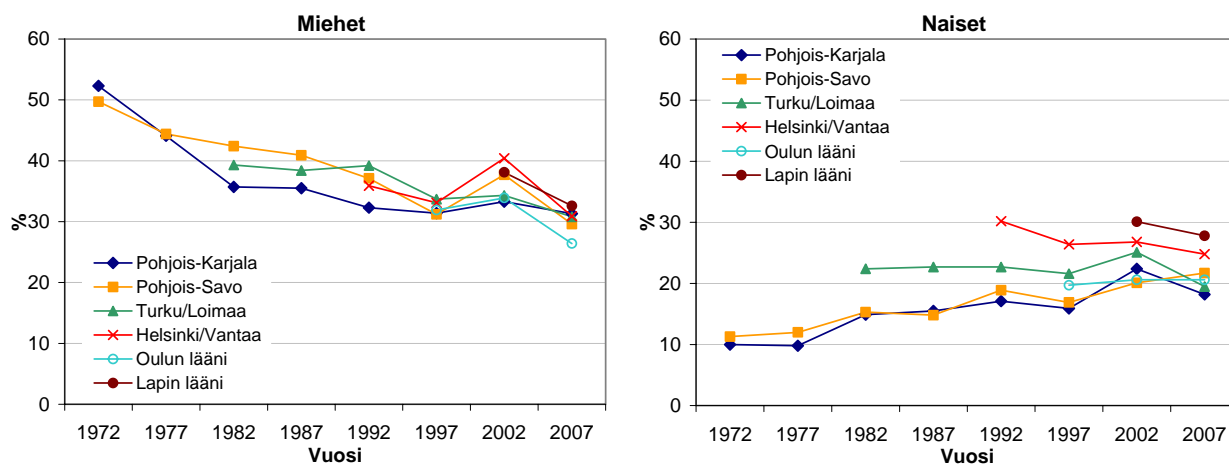
3.3.4. Tupakointi

Vuoden 2007 tutkimuksen mukaan 30–59-vuotiaiden miesten tupakointi on viimeisen viiden vuoden aikana vähentynyt (kuva 11). Viiden tutkimusalueen tupakoivien osuus laski 36 %:sta 30 %:iin (p=0,001). Miesten tupakointi väheni eniten Helsingin ja Vantaan, Pohjois-Savon ja Oulun läänin alueilla. Myös 30–59-vuotiaiden naisten tupakointi vähentyi hieman vuoden 2002 24 %:sta vuoden 2007 22 %:iin (p=0,075). Naisten tupakointi vähentyi kaikilla tutkimusalueilla paitsi Pohjois-Savossa.

Vuonna 2007 tupakoivien miesten (25–74-vuotiaat) osuus kaikkien tutkimusalueiden väestöstä oli 28 % ja tupakoivien naisten 20 % (liite 10). Eniten tupakoivia miehiä oli Lapin läänissä (29 %) ja vähiten Oulun läänissä (24 %). Tupakoivien naisten osuus oli suurin Helsingissä ja Vantaalla ja Lapin läänissä (21 %) ja pienin Pohjois-Savossa ja Turun ja Loimaan alueella (17 %).

Tupakoimattomien henkilöiden (25–64-vuotiaat) altistumisessa tupakan savulle ei tapahtunut merkittäviä muutoksia vuoden 2002 ja 2007 välillä. Kumpanakin vuotena altistuminen oli yleisintä työpaikalla. Kotona tupakansavulle ilmoitti altistuvansa vain alle 1 % tupakoimattomista vastaajista. Miehet altistuivat selvästi naisia enemmän tupakansavulle muualla kuin kotona.

Kuva 11. Tupakoivien osuus 30–59-vuotiaista miehistä ja naisista 1972–2007.



Tilastotaulukko: logistinen regressiomalli (p-arvot):

| LOGISTIC | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Alue | 0,275 | 0,008 | 0,001 | 0,008 | 0,181 | 0,297 | 0,148 | 0,018 | 0,120 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 |
| Vuosi | 0,001 | 0,001 | 0,661 | 0,191 | 0,012 | 0,006 | 0,001 | 0,824 | 0,001 | 0,813 | 0,113 | 0,149 | 0,004 | 0,075 |
| Alue x vuosi | 0,188 | 0,013 | 0,964 | 0,414 | 0,563 | 0,443 | 0,624 | 0,466 | 0,234 | 0,875 | 0,428 | 0,915 | 0,316 | 0,383 |

3.4. Muita tuloksia

3.4.1. Terveystila ja terveystietojen käyttö

Vuoden 2007 tutkimuksessa 80 % vastanneista ilmoitti käyneensä lääkärin vastaanotolla viimeksi kuluneen vuoden aikana ^{5, taul. 16}. Naiset olivat käyneet lääkärin vastaanotolla useammin kuin miehet. Miehistä erityisesti 25–54-vuotiaat olivat käyneet muita vähemmän lääkärin vastaanotolla, kun taas naisilla ikä ei ollut yhtä vahvasti yhteydessä lääkärin vastaanotolla käyntiin. Terveystietojen, sairaanhoitajan tai työterveyshoitajan vastaanotolla oli viimeksi kuluneen vuoden aikana käynyt noin 56 % vastanneista ^{5, taul. 17}. Kaikkien tutkittujen alueiden 25–74-vuotiaista miehistä ja naisista keskimäärin 30 % oli käynyt terveystarkastuksessa tai lääkärintarkastuksessa edeltävän vuoden aikana muusta kuin sairaudesta tai oireista johtuvista syistä ^{5, taul. 21}.

Vastanneista noin 14 % ilmoitti olleensa sairaalahoitossa viimeksi kuluneen vuoden aikana ^{5, taul. 18}. Keskimäärin 47 % työikäisistä (25–64-vuotiaista) miehistä ja 39 % samanikäisistä naisista ilmoitti, ettei ollut kuluneen vuoden aikana ollut yhtään päivää poissa töistä tai hoitamatta tavallisia tehtäviään sairauden takia ^{5, taul. 19}. Sekä miehistä että naisista nuoremmilla ikäryhmissä sairauspoissaoloja oli enemmän kuin vanhemmissa ikäryhmissä.

Kaikkiaan noin 1,8 % 25–74-vuotiaista vastanneista ilmoitti sairastaneensa sydäninfarktin ^{5, taul. 22}. Sydäninfarktin esiintyvyys oli vahvasti riippuvainen iästä ja sukupuolesta. 65–74-vuotiaista miehistä 11 % ilmoitti joskus sairastaneensa sydäninfarktin, kun naisilla vastaava luku oli 3 %. Vajaalle 1 %:lle 25–74-vuotiaista vastanneista oli tehty sepelvaltimon ohitusleikkaus ^{5, taul. 24}. Suurin osa näistä oli miehiä. Vanhimmissa ikäryhmässä (65–74-vuotiaat) ohitusleikattuja oli 7 % miehistä ja alle 1 % naisista. Noin 1 % vastanneista ilmoitti, että heille on tehty sepelvaltimon pallolaajennus ^{5, taul. 25}.

Noin 36 % 25–74-vuotiaista miehistä ja 32 % samanikäisistä naisista ilmoitti, että heillä on joskus todettu olevan korkea kolesterolipitoisuus ^{5, taul. 28}. Lähes 50 % 25–74-vuotiaista miehistä ja naisista, joiden kolesterolitaso oli joskus mitattu, ilmoitti saaneensa tutkimuksen yhteydessä ruokavalio-ohjeita kolesterolitason alentamiseksi ^{5, taul. 29}. Kolesterolilääkkeitä ilmoitti käyttävänsä 12 % 25–74-vuotiaista miehistä ja 8 % samanikäisistä naisista ^{5, taul. 30}.

Vuonna 2007 lähes 70 % vastanneista miehistä ja naisista ilmoitti, että heidän verenpaineensa oli mitattu edeltäneen vuoden aikana ^{5, taul. 31}. Vajaa 40 % 25–74-vuotiaista miehistä ja naisista ilmoitti, että heillä on joskus todettu korkea verenpaine ^{5, taul. 33}. Verenpainelääkkeitä käytti noin 19 % tutkituista 25–74-vuotiaista ^{5, taul. 35}. Noin 35 % ikäryhmästä 25–74 vuotta ilmoitti mittaavansa verenpainetta kotimittarilla vuonna 2007 ^{5, taul. 32}.

Yli 7 % miehistä (25–74-vuotiaat) ja 6 % naisista ilmoitti, että lääkäri on joskus todennut heillä koholla olevan sokeriarvon tai diabeteksen ^{5, taul. 38_1}. Naisista 2,5 % ilmoitti, että lääkäri oli joskus todennut heillä raskausajan diabeteksen ^{5, taul. 38_2}. Kaikista tutkituista 25–74-vuotiaista yli 4 % miehistä ja yli 3 % naisista ilmoitti tällä hetkellä käyttävänsä diabeteslääkkeitä (tabletteja tai insuliinia) ^{5, taul. 40}.

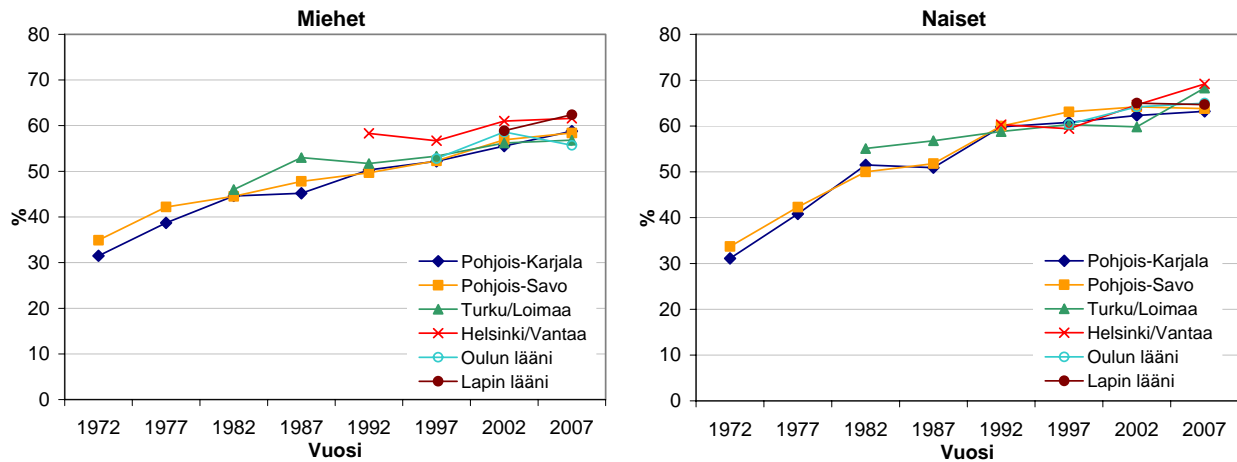
Lääkärin toteamaa astmaa ilmoitti sairastavansa 25–74-vuotiaista miehistä 8 % ja naisista 11 % ^{5, taul. 41}. Astmalääkkeitä, joko sumutinta, inhalaatiojauhetta tai tabletteja, ilmoitti käyttävänsä 6 % 25–74-vuotiaista tutkituista miehistä ja 10 % samanikäisistä naisista ^{5, taul. 58}.

Yli 16 %:lla miehistä (25–74-vuotiaat) ja lähes 25 %:lla naisista oli ollut viimeisen vuoden aikana vähintään kaksi viikkoa kestänyt jakso, jolloin he olivat olleet mieli maassa, alakuloisia tai masentuneita ^{5, taul. 63}. Nuoret ikäryhmät vastasivat myöntävästi tähän kysymykseen useammin kuin vanhemmat sekä miehistä että naisista. Noin 8 % miehistä ja 12 % naisista oli viimeisen kuukauden aikana kärsinyt usein unettomuudesta ^{5, taul. 133_3}. Ajoittain uniongelmia oli ollut 43 %:lla miehistä ja 47 %:lla naisista.

Oman terveytensä erittäin tai melko hyväksi kokevien osuus on kasvanut merkittävästi vuodesta 1972 lähtien (kuva 12). Vuonna 2007 kaikkien kuuden tutkimusalueen miehistä (30–59-vuotiaat) 59 % ja

samanikäisistä naisista 66 % koki terveydentilansa joko erittäin tai melko hyväksi. Naisten kohdalla nousu vuodesta 2002 on tilastollisesti merkitsevää (p=0,003).

Kuva 12. Oman terveytensä erittäin tai melko hyväksi kokevien osuus, 30–59-vuotiaat miehet ja naiset 1972–2007.



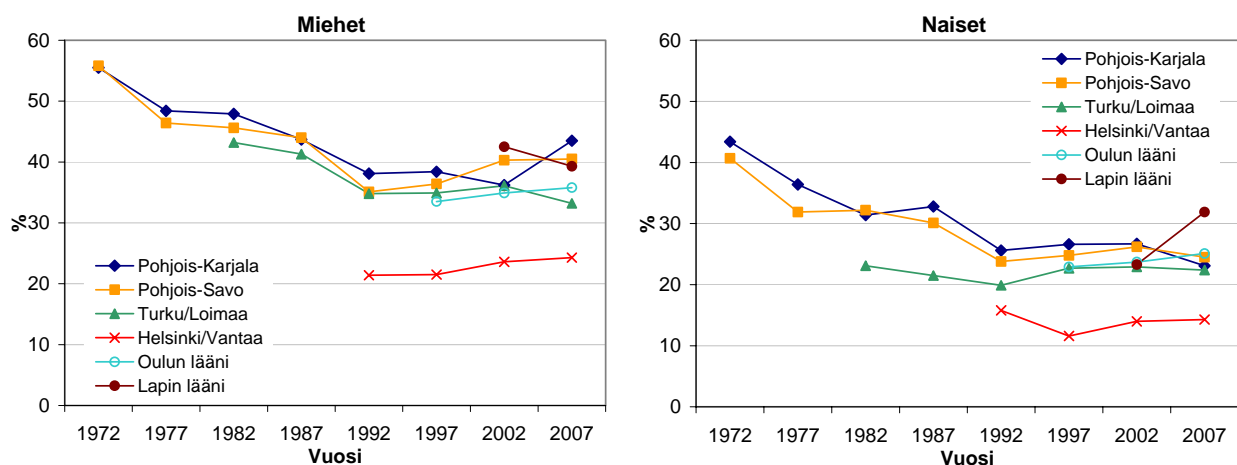
Tilastotaulukko: tilastollisten testien p-arvot:

| LOGISTIC | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Alue | 0,002 | 0,702 | 0,012 | 0,076 | 0,003 | 0,128 | 0,116 | 0,128 | 0,856 | 0,004 | 0,406 | 0,935 | 0,630 | 0,575 |
| Vuosi | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,227 | 0,278 | 0,002 | 0,289 | 0,001 | 0,001 | 0,321 | 0,001 | 0,161 | 0,051 | 0,030 |
| Alue x vuosi | 0,857 | 0,001 | 0,052 | 0,365 | 0,706 | 0,989 | 0,781 | 0,595 | 0,309 | 0,622 | 0,131 | 0,694 | 0,600 | 0,294 |

3.4.2. Liikunta

Liikunta-aiheisiin kysymyksiin sisältyivät niin työhön liittyvä liikkuminen kuin vapaa-ajan liikunta. Fyysisesti raskasta tai paljon kävelyä tai nostelua sisältävää työtä teki 36 % kaikkien tutkimusalueiden 30–59-vuotiaista miehistä. Naisilla vastaava osuus oli 23 %. Osuudet ovat pienentyneet vuodesta 1972 vuoteen 1992, minkä jälkeen ne ovat pysyneet suunnilleen samalla tasolla (kuva 13). Alueiden väliset erot olivat melko pieniä lukuun ottamatta Helsingin ja Vantaan aluetta, jossa työnsä fyysisesti raskaaksi kokevien osuus oli selkeästi muita alueita pienempi (p-arvo molemmilla sukupuolilla alle 0,001).

Kuva 13. Työnsä fyysisesti raskaaksi kokevien osuus 30–59-vuotiailla miehillä ja naisilla 1972–2007.

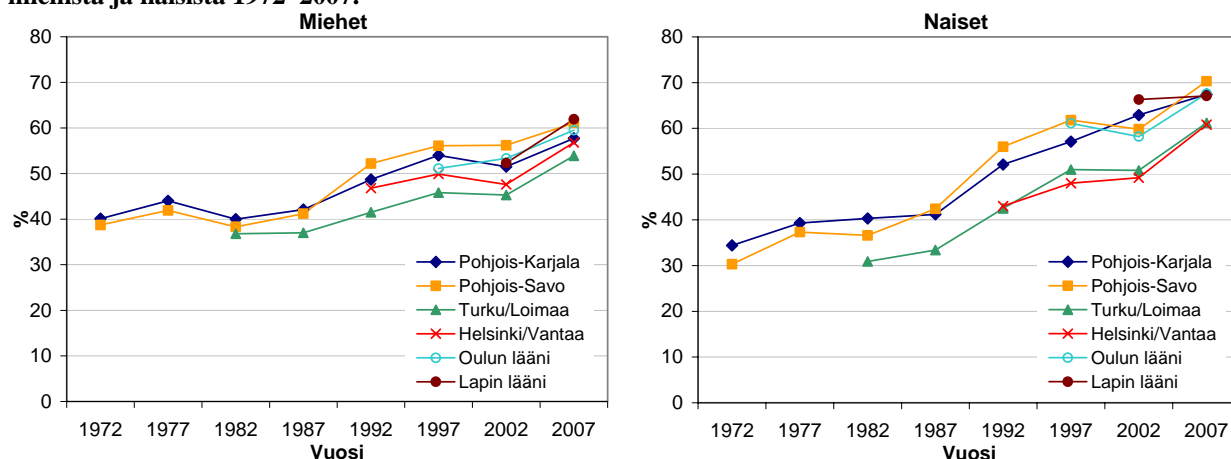


Tilastotaulukko: logistinen regressiomalli (p-arvot):

| LOGISTIC | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Alue | 0,376 | 0,051 | 0,079 | 0,313 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,148 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 |
| Vuosi | 0,001 | 0,656 | 0,071 | 0,001 | 0,683 | 0,317 | 0,655 | 0,001 | 0,057 | 0,463 | 0,001 | 0,740 | 0,295 | 0,603 |
| Alue x vuosi | 0,300 | 0,755 | 0,585 | 0,652 | 0,992 | 0,704 | 0,270 | 0,290 | 0,033 | 0,378 | 0,315 | 0,125 | 0,901 | 0,071 |

Vähintään 2–3 kertaa viikossa 20–30 minuuttia kerrallaan vapaa-ajan liikuntaa harrastavien osuus on kasvanut vuodesta 1972 vuoteen 1997 (kuva 14). Vuonna 2002 kasvu näytti pysähtyneen vuoden 1997 tasolle, mutta vuonna 2007 2–3 kertaa viikossa liikuntaa harrastavien osuus kasvoi jälleen selkeästi. Vuonna 2007 kuuden tutkimusalueen miehistä (30–59-vuotiaat) 59 % ja naisista 66 % harrasti vapaa-ajan liikuntaa vähintään 2–3 kertaa viikossa. Sekä miesten että naisten vapaa-ajan liikunnan harrastaminen oli harvinaisinta Helsingin ja Vantaan sekä Turun ja Loimaan alueilla.

Kuva 14. Vähintään 2–3 kertaa viikossa vapaa-ajan liikuntaa harrastavien osuus 30–59-vuotiaista miehistä ja naisista 1972–2007.

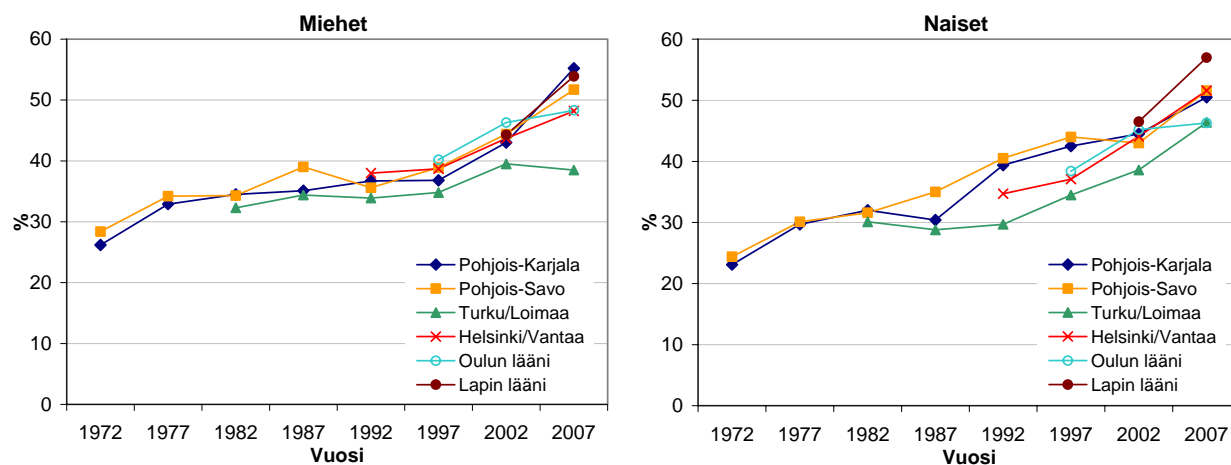


Tilastotaulukko: logistinen regressiomalli (p-arvot):

| LOGISTIC | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 | | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Alue | 0,132 | 0,165 | 0,034 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,002 | | 0,006 | 0,029 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 |
| Vuosi | 0,001 | 0,003 | 0,200 | 0,001 | 0,007 | 0,656 | 0,001 | | 0,001 | 0,982 | 0,020 | 0,001 | 0,001 | 0,783 | 0,001 |
| Alue x vuosi | 0,739 | 0,833 | 0,717 | 0,277 | 0,986 | 0,814 | 0,900 | | 0,316 | 0,508 | 0,310 | 0,588 | 0,801 | 0,235 | 0,131 |

Kaikkien kuuden tutkimusalueen 30–59-vuotiaista miehistä 49 % ja samanikäisistä naisista 51 % arvioi oman fyysisen kuntonsa erittäin tai melko hyväksi vuonna 2007 (kuva 15). Miesten kohdalla fyysisen kuntonsa erittäin tai melko hyväksi arvioivien osuus on ollut voimakkaassa kasvussa erityisesti vuodesta 1997 lähtien, kun taas naisilla kasvu on ollut jatkuvaa vuodesta 1972 lähtien. Alueiden väliset erot olivat pieniä lukuun ottamatta Turun ja Loimaan aluetta, jossa miehet arvioivat oman kuntonsa huonommaksi kuin muilla tutkimusalueilla.

Kuva 15. Oman fyysisen kuntonsa erittäin tai melko hyväksi kokevien osuus 30–59-vuotiaista miehistä ja naisista 1972–2007.



Tilastotaulukko: logistinen regressiomalli (p-arvot):

| LOGISTIC | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 | | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Alue | 0,113 | 0,462 | 0,329 | 0,239 | 0,239 | 0,071 | 0,001 | | 0,568 | 0,921 | 0,067 | 0,001 | 0,001 | 0,005 | 0,003 |
| Vuosi | 0,001 | 0,544 | 0,022 | 0,758 | 0,323 | 0,001 | 0,001 | | 0,001 | 0,177 | 0,899 | 0,001 | 0,007 | 0,003 | 0,001 |
| Alue x vuosi | 0,749 | 0,069 | 0,117 | 0,411 | 0,912 | 0,998 | 0,068 | | 0,711 | 0,762 | 0,222 | 0,088 | 0,898 | 0,226 | 0,404 |

3.4.3. Toimintakyky

Vuonna 2007 vastanneista 25–74-vuotiaista miehistä ja naisista noin 97 % ilmoitti pystyvänsä yleensä kävelemään vaikeuksitta noin puoli kilometriä levähtämättä^{5, taul. 70_4}. Vastauksissa ei ollut merkittäviä eroja alueiden eikä sukupuolten välillä. Koko ikäryhmässä (25–74-vuotiaat) 88 % miehistä ja 79 % naisista ilmoitti pystyvänsä juoksemaan sata metriä ilman vaikeuksia^{5, taul. 70_6}. Nuorimmassa ikäryhmässä (25–34-vuotiaat) miehistä 98 % ja naisista 93 % ja vanhimmassa (65–74-vuotiaat) 66 % miehistä ja 48 % ilmoitti suoriutuvansa sadan metrin juoksusta vaikeuksitta.

3.4.4. Alkoholi

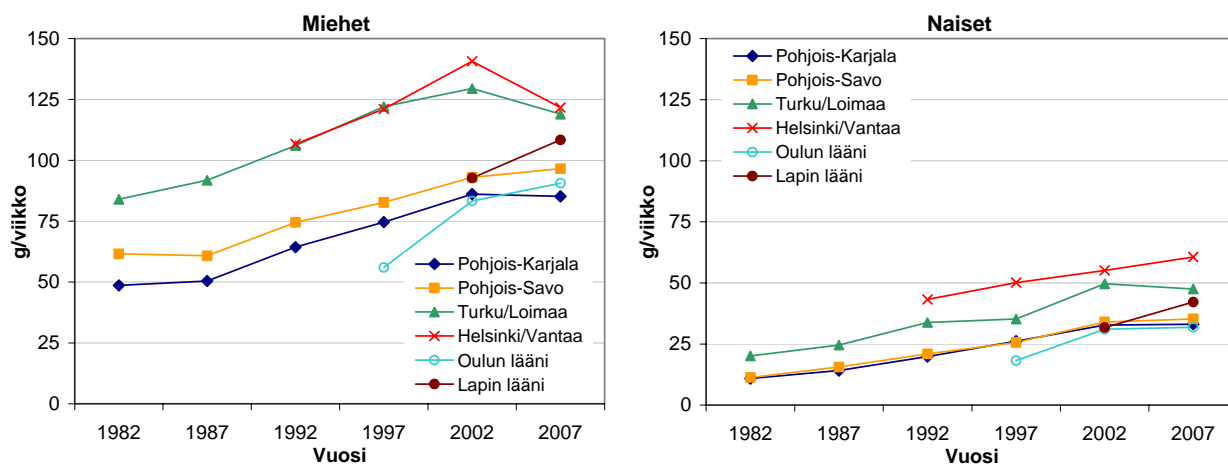
Alkoholin käytön tutkiminen kyselytutkimuksilla on varsin ongelmallista, ja tutkimukset antavat usein liian alhaisen arvion alkoholin kulutuksesta. Peräkkäisissä tutkimuksissa samalla tavalla toistetusta alkoholinkäyttökyselystä voi kuitenkin saada arvion alkoholin kulutuksen muutoksesta. Tutkimusta edeltävän viikon alkoholinkulutusta on mitattu vuodesta 1982 alkaen kysymällä edellisen viikon aikana juodut alkoholiannokset. Nämä muutettiin laskennallisesti 100 % alkoholiksi. Lisäksi määritettiin niiden vastaajien osuus, jotka olivat nauttineet enemmän kuin 168 g puhdasta alkoholia (vastaa noin 14 alkoholiannosta viikossa eli noin kaksi annosta vuorokaudessa) edellisen viikon aikana.

Sekä miesten että naisten alkoholin käyttö lisääntyi tasaisesti vuosien 1982 ja 2002 välillä. Muutos vuodesta 2002 vuoteen 2007 ei kuitenkaan ollut enää tilastollisesti merkitsevä (kuva 16). Alueiden välillä oli selkeitä eroja raportoidussa alkoholin käytössä.

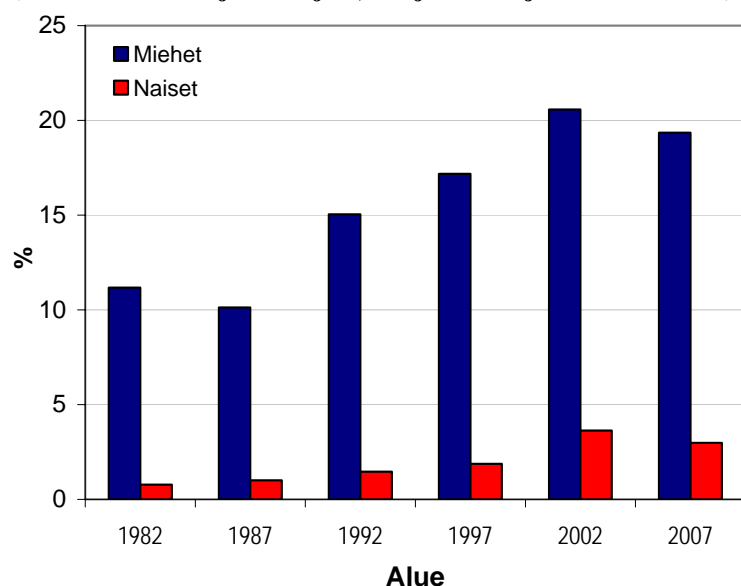
Vuonna 1982 25–64-vuotiaista miehistä 11 % ja noin 1 % naisista vastasi kuluttaneensa 14 alkoholiannosta tai enemmän edellisen viikon aikana (kuva 17). Tämä osuus kasvoi niin, että vuonna 2002 14 tai enemmän annosta viikossa juovia miehiä oli noin 21 % tutkituista ja naisia noin 4 %. Vuosien 2002 ja 2007 välillä osuus laski hieman ollen miehillä 19 % ja naisilla 3 %.

Vuonna 2007 vastanneista 25–74-vuotiaista miehistä ja naisista noin 11 % ilmoitti, ettei ollut käyttänyt mitään alkoholijuomia edellisen vuoden aikana^{5, taul. 116}.

Kuva 16. Alkoholin kulutus edellisellä viikolla, grammaa/viikko, 25–64-vuotiaat 1982–2007.



Kuva 17. Edellisen viikon aikana 14 alkoholiannosta tai enemmän juoneiden osuus, 25–64-vuotiaat (mukana vain Pohjois-Karjala, Pohjois-Savo ja Turku-Loimaa) 1982–2007.



3.4.5. Lisääntymisterveys

FINRISKI-tutkimuksissa on selvitetty myös lisääntymisterveyteen liittyviä asioita. Vuonna 2002 toteutettiin erillinen naisten kysely, muina vuosina naisia koskevia kysymyksiä on ollut mukana perustutkimuksessa. Tässä raportoinnissa ovat aikaväliltä 1997–2007 mukana tiedot Pohjois-Karjalasta, Pohjois-Savosta, Turun ja Loimaan sekä Helsingin ja Vantaan alueilta sekä Oulun läänistä. Lisäksi Lapin lääni on mukana niissä analyyseissa, jotka koskevat vuosia 2002 ja 2007.

Ehkäisy pillereiden käyttö vuosina 1997, 2002 ja 2007

Alle 45-vuotiaista naisista ehkäisy pillereitä käytti tutkimushetkellä 19,2 % vuonna 1997, 23,9 % vuonna 2002 ja 22,8 % vuonna 2007. Ehkäisy pillereitä käyttäneitä oli vuosina 2002 ja 2007 merkitsevästi enemmän vuoteen 1997 verrattuna ($p=0,002$).

Ehkäisy pillereitä käyttäneiden alle 45-vuotiaiden naisten keskimääräinen e-pillerien käyttöaika lisääntyi vuodesta 1997 vuoteen 2002. Vuosien 2002 ja 2007 välillä käyttöajan lisäys (+0,2 vuotta) ei ollut merkitsevä toisin kuin vuosien 1997 ja 2002 välinen lisäys (+1,2 vuotta). Vähintään 15 vuotta ehkäisy pillereitä tällä hetkellä tai aiemmin käyttäneiden osuudet 25–64-vuotiaista naisista oli vuonna 1997 3,2 %, vuonna 2002 5,7 % ja vuonna 2007 7,3 %. Pitkään ehkäisy pillereitä käyttäneiden määrä on kasvanut tilastollisesti merkitsevästi vuodesta 1997 vuoteen 2007 ($p\text{-arvo}<0,001$).

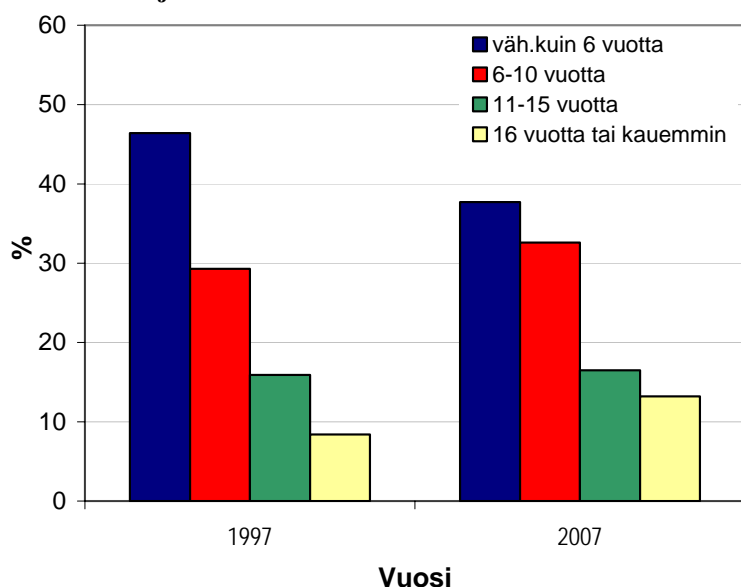
Lapsettomuus

Tutkittavilta naisilta kysyttiin, onko heillä koskaan ollut vaikeuksia tulla raskaaksi ja saada lasta. Lapsettomuutta raportoineiden 25–64-vuotiaiden naisten osuus ei ole muuttunut vuosien 2002 ja 2007 välillä (2002 16,0 % ja 2007 16,2 %). Ikäryhmittäin tarkasteltuna lapsettomuutta raportoivat eniten 35–44-vuotiaat naiset. Vuonna 2002 vaikeuksia tässä ikäryhmässä raportoi 21,7 % ja vuonna 2007 23,5 %. 35–44-vuotiaista lapsettomuudesta raportoineista naisista lapsettomuuden vuoksi hoitoon hakeutui vuonna 2002 52,6 % ja vuonna 2007 55,9 %. Vastaavasti 25–64-vuotiaista lapsettomuutta raportoineista naisista lapsettomuuden vuoksi hoitoon hakeutuneita oli vuonna 2002 57,4 % ja vuonna 2007 58,7 %. Eniten hakeuduttiin hoitoon Helsingin ja Vantaan alueilla, Pohjois-Savon maakunnassa sekä Turussa ja Loimaalla (63 % – 66 % lapsettomuutta raportoineista). Pohjois-Karjalan maakunnassa ja Lapin läänissä on hoitoon hakeutuminen ollut vähäisempää (48 % – 51 % lapsettomuutta raportoineista).

Hormonikorvaushoidon käyttö vuosina 1997 ja 2007

Hormonikorvaushoitoja edellisen kuukauden aikana käyttäneiden osuus pieneni vuodesta 1997 (27,9 %) vuoteen 2007 (22,8 %) (p-arvo<0,001). Toisaalta hormonikorvaushoidon käytön pituus korvaushoitoa käyttäneillä on kasvanut vuodesta 1997 vuoteen 2007. Tutkimushetkellä hormoni-korvaushoitoa yli kymmenen vuotta käyttäneitä oli vuonna 2007 35,6 %, kun vuonna 1997 heitä oli 27,1 % (p-arvo=0,005) (n=931) (Kuva 18).

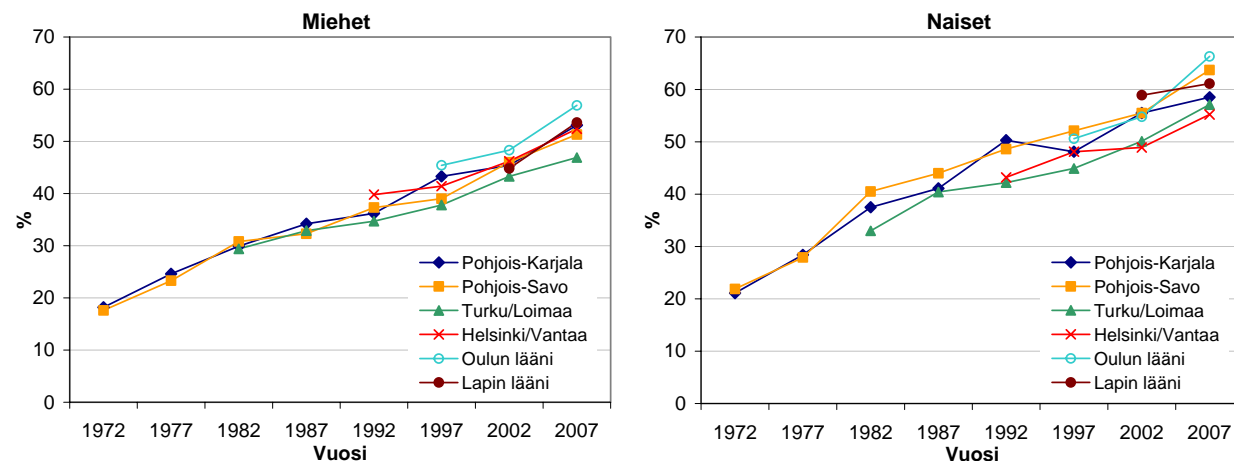
Kuva 18. Hormonikorvaushoidon kesto korvaushoitoa tutkimushetkellä käyttäneillä 45–74-vuotiailla naisilla 1997 ja 2007.



3.4.6. Elämänlaatu

Elämänlaatua on kysytty vuodesta 1972 lähtien kolmen kysymyksen sarjalla, jonka tarkoituksena on selvittää vastanneiden tyytyväisyys taloudelliseen tilanteeseensa, saavutuksiinsa elämässään ja perhe-elämäänsä. 30–59-vuotiaiden miesten ja naisten tyytyväisyys saavutuksiin ja perhe-elämään on lisääntynyt tasaisesti (kuvat 19 ja 20). Tyytyväisyys taloudelliseen tilanteeseen lisääntyi aina vuoden 1992 tutkimukseen asti, mutta varsinkin naisilla tyytyväisyys laski 1990-luvulla (kuva 21). Vuoden 2002 ja 2007 välillä tyytyväisyys taloudelliseen tilanteeseen nousi jälleen merkittävästi.

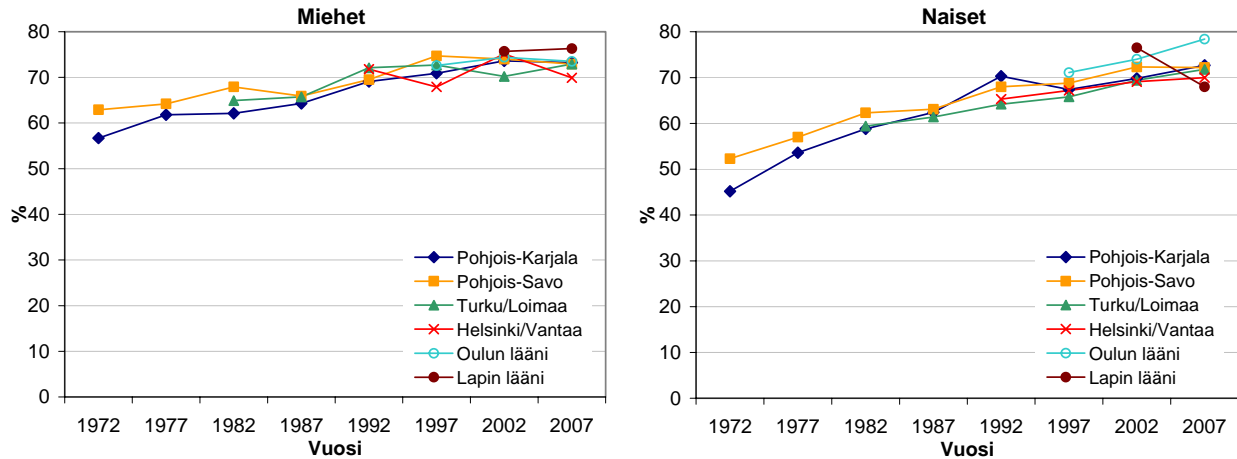
Kuva 19. Osuus 30–59-vuotiaista miehistä ja naisista, jotka ilmaisivat olevansa joko erittäin tyytyväisiä tai tyytyväisiä saavutuksiinsa elämässään 1972–2007.



Tilastotaulukko: logistinen regressiomalli (p-arvot):

| | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|----------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| LOGISTIC | 0,300 | 0,758 | 0,798 | 0,738 | 0,173 | 0,054 | 0,087 | 0,882 | 0,380 | 0,004 | 0,022 | 0,004 | 0,012 | 0,001 |
| Alue | 0,001 | 0,001 | 0,010 | 0,061 | 0,022 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,086 | 0,001 | 0,001 |
| Vuosi | 0,738 | 0,326 | 0,732 | 0,644 | 0,507 | 0,796 | 0,893 | 0,514 | 0,170 | 0,353 | 0,124 | 0,293 | 0,572 | 0,304 |

Kuva 20. Osuus 30–59-vuotiaista perheellisistä miehistä ja naisista, jotka ilmaisivat olevansa joko erittäin tyytyväisiä tai tyytyväisiä tai tyytyväisiä perhe-elämäänsä 1972–2007.



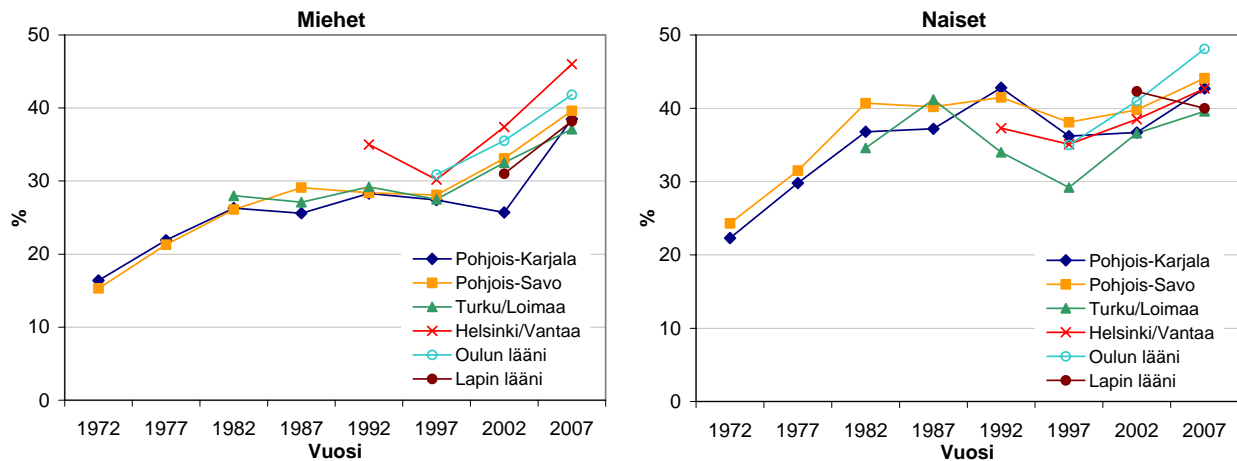
Tilastotaulukko: logistinen regressiomalli (p-arvot):

| LOGISTIC | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Alue | 0,001 | 0,011 | 0,173 | 0,566 | 0,551 | 0,694 | 0,492 |
| Vuosi | 0,014 | 0,098 | 0,709 | 0,004 | 0,466 | 0,183 | 0,598 |
| Alue x vuosi | 0,154 | 0,420 | 0,691 | 0,719 | 0,158 | 0,213 | 0,744 |

| | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 0,001 | 0,016 | 0,376 | 0,142 | 0,275 | 0,119 | 0,038 |
| | 0,001 | 0,001 | 0,114 | 0,001 | 0,706 | 0,018 | 0,666 |
| | 0,138 | 0,933 | 0,664 | 0,374 | 0,521 | 0,989 | 0,395 |

Vuonna 2007 yli 40 % vastanneista 25–74-vuotiaista miehistä ja naisista ilmoitti olevansa joko erittäin tyytyväinen tai tyytyväinen talouteensa ^{5, taul. 140}. Yli 50 % sekä miehistä että naisista vastasi olevansa joko erittäin tyytyväinen tai tyytyväinen saavutuksiinsa elämässään ^{5, taul. 141}. Perheellisistä miehistä 74 % ja naisista 71 % ilmoitti olevansa joko erittäin tyytyväinen tai tyytyväinen perhe-elämäänsä.

Kuva 21. Osuus 30–59-vuotiaista miehistä ja naisista, jotka ilmaisivat olevansa joko erittäin tyytyväisiä tai tyytyväisiä talouteensa 1972–2007.



Tilastotaulukko: logistinen regressiomalli (p-arvot):

| LOGISTIC | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Alue | 0,275 | 0,706 | 0,407 | 0,589 | 0,069 | 0,004 | 0,001 |
| Vuosi | 0,001 | 0,001 | 0,735 | 0,347 | 0,166 | 0,003 | 0,001 |
| Alue x vuosi | 0,722 | 0,766 | 0,383 | 0,611 | 0,736 | 0,282 | 0,519 |

| | 72-77 | 77-82 | 82-87 | 87-92 | 92-97 | 97-02 | 02-07 |
|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 0,053 | 0,026 | 0,082 | 0,214 | 0,001 | 0,025 | 0,094 |
| | 0,001 | 0,001 | 0,089 | 0,890 | 0,002 | 0,003 | 0,005 |
| | 0,761 | 0,427 | 0,062 | 0,002 | 0,735 | 0,360 | 0,358 |

4. YHTEENVETO

Suomalaisten keskeisimmät sydän- ja verisuonitautien riskitekijät ovat vähentyneet viimeisten 35 vuoden aikana merkittävästi. Varsinkin seerumin kokonaiskolesterolipitoisuuden ja verenpaineen osalta väestötasolla tapahtuneet muutokset ovat huomiota herättäviä. Tämän myönteisen kehityksen seurauksena sepelvaltimotaudin ja muiden verenkiertoelinten sairauksien ja niiden aiheuttamien ennen aikaisten kuolemien määrä on vähentynyt selvästi keski-ikäisessä väestössä. Suomalaisten työikäisten miesten sepelvaltimotautikuolleisuus on laskenut vuodesta 1972 vuoteen 2007 noin 80 %⁹, ja myös työikäisillä naisilla sepelvaltimokuolleisuus on vähentynyt merkittävästi¹⁰. Kuolleisuuden lasku on suurelta osin selitettävissä merkittävimpien riskitekijöiden, kuten tupakoinnin, seerumin kolesterolin ja verenpaineen laskulla^{9,10}. Huolimatta tästä myönteisestä kehityksestä, myös joitakin huolestuttavia muutoksia kuten lihavuuden lisääntyminen ja verenpaineen laskun pysähtyminen on nähtävissä. Sydän- ja verisuonisairauksien kansanterveydellinen merkitys on edelleen suuri, vaikka sairastuvuus ja kuolleisuus näihin sairauksiin ovatkin vähentyneet Suomessa. Kun yhä useampi elää pidempään, lisääntyy myös sydän- ja verisuonisairauksia sairastavien ihmisten kokonaismäärä.

Väestön kolesterolipitoisuuden kääntyminen uudelleen laskuun tasaantumisvaiheen jälkeen vuoden 2007 FINRISKI-tutkimuksessa on erittäin myönteistä ajatellen sepelvaltimotaudin ja sitä kautta yleensä kansanterveyden kehitystä. Muutoksen taustalla on osin väestön ruokavalion muuttuminen terveellisempään suuntaan. Esimerkiksi kokonaisrasvan ja tyydyttyneen rasvan osuudet energian saannista ovat pienentyneet^{11,3}. Osa kolesterolitason laskusta johtunee myös statiinien käytön lisääntymisestä varsinkin vanhemmissa ikäryhmissä. Myös entistä yleisempi seerumin kolesterolipitoisuuden mittaaminen on saattanut johtaa myönteiseen kehitykseen. Huolimatta tästä myönteisestä kehityksestä, väestön keskimääräinen seerumin kolesterolipitoisuus vuonna 2007 oli edelleen sekä miehillä että naisilla yli suositellun 5,0 mmol/l.

Vuosikymmeniä jatkunut myönteinen kehitys väestön verenpainetasoissa näyttää nyt pysähtyneen. Tämä muutos voitaneen osin selittää lihavuuden yleistymisellä ja alkoholin käytön lisääntymisellä. Vastanneiden joukossa alkoholin viikkokulutus on noussut 1980-luvun alusta lähtien, mutta alueiden välillä oli huomattavia eroja muutoksissa. Toisaalta tutkimus antoi myös viitteitä siitä, että alkoholin runsas käyttö ei olisi lisääntynyt viimeisten viiden vuoden aikana.

Miesten tupakointi on vähentynyt jo vuosikymmeniä, myös viimeisimmän viiden vuoden aikana. Suomessa naisten tupakointi ei ole koskaan ollut kovin yleistä verrattuna moniin muihin maihin, eikä se ole juuri enää lisääntynyt. Päinvastoin, viimeisten viiden vuoden aikana suomalaisten naisten tupakointi näyttää jopa kääntyneen hienoiseen laskuun. 25–74-vuotiaista miehistä tupakoivia oli nyt 28 % ja samanikäisistä naisista 21 %. Altistuminen tupakansavulle ei ole vähentynyt viimeisen viiden vuoden aikana.

Lihavuus ja vatsanseudulle kertyvä rasva (ns. vyötärölihavuus) ovat tärkeitä taustatekijöitä monissa kroonisissa sairauksissa. Suomalaisten miesten keskimääräinen painoindeksi on vuosien varrella vähitellen kasvanut, mutta miesten painoindeksin pitkään jatkunut nousu ei kuitenkaan ollut enää tilastollisesti merkitsevä vuosien 2002 ja 2007 välillä. Kuitenkin se, että eri alueiden välillä muutokset vaihtelivat huomattavasti, tekee aikasarjojen seuraamisesta haastavan. Myöskään naisten painoindeksin nousu ei ollut tilastollisesti merkitsevä, vaikkakin keskipainon hienoinen nousu oli. Vuonna 2007 miesten painoindeksin keskiarvo oli 27,0 kg/m² ja naisten 26,5 kg/m². Merkittävästi lihavia (painoindeksi yli 30 kg/m²) oli miehistä 19 % ja naisista 21 %. Vyötärönympäryys on kasvanut tasaisesti sekä miehillä että naisilla vuodesta 1987 lähtien.

Myös koettu terveys on parantunut; yhä harvempi suomalainen pitää terveyttään huonona. Oman terveytensä joko erittäin tai melko hyväksi kokevien osuus väestössä on kasvanut tasaisesti 1970-luvun alusta lähtien. Työn fyysisesti raskaaksi kokevien osuus ei ole muuttunut 1990-luvun alusta, mutta vapaa-ajan liikkuminen on edelleen lisääntynyt. Keski-ikäiset kokevat myös oman fyysisen kuntosensa paremmaksi kuin aikaisempina vuosina.

Hormonaalista ehkäisyä vähintään 15 vuoden ajan käyttäneiden naisten osuus on kymmenessä vuodessa kaksinkertaistunut. Lisääntymisikäisistä naisista joka neljäs nainen on kokenut lapsettomuutta ja heistä noin puolet on hakeutunut lapsettomuushoitoihin.

Vastanneiden tyytyväisyys saavutuksiinsa elämässä on kasvanut. Nykyisin yli puolet vastanneista ilmoittaa olevansa joko erittäin tyytyväinen tai tyytyväinen saavutuksiinsa verrattuna 1970-luvun alkuun, jolloin vain 20 % vastasi näin. Myös perheellisten tyytyväisyys perhe-elämäänsä on kohentunut tasaisesti. Tyytyväisyys taloudelliseen tilanteeseen lisääntyi aina vuoden 1987 tutkimukseen asti, jonka jälkeen laski 1990-luvulla. Viimeisten kymmenen vuoden aikana tyytyväisyys talouteen on jälleen lisääntynyt selvästi.

Riskitekijöiden väestötason muutosten havaitsemiseksi FINRISKI-tutkimukset on pyritty standardoimaan mahdollisimman hyvin. Tutkimukset on tehty aina samanlaisella otostekniikalla, hoitajien koulutus on toteutettu aina samalla tavoin ja tutkimus on tehty joka kerta samaan vuodenaikaan. Lisäksi tutkimushenkilöiden paaston pituus ennen verinäytteenottoa on ollut sama. Verenpaine on yhtäjaksoisesti mitattu elohopeamanometrillä, sillä nykyisin käytettävissä olevia automaattimittareita ei pystytä standardoimaan vuosikymmenestä toiseen niin, että mittauksia voitaisiin verrata toisiinsa. Laboratorion kolesterolimittaukset on standardoitu WHO:n laboratorioon ja myöhemmin Centers for Disease Control -laboratorioon USA:ssa.

Yksi tutkimuksessa tapahtunut merkittävä muutos on vuosien mittaan tapahtunut osallistumisaktiivisuuden lasku. Vuoden 1992 FINRISKI-tutkimuksen yhteydessä tehdyssä katoanalyysissä tutkimukseen osallistumattomissa oli enemmän tupakoitsijoita. Tämän huomioon ottaen, tupakoivien osuukien väestössä arvioidaan olevan iästä ja sukupuolesta riippuen 1–3 prosenttiyksikköä tässä raportoitua suuremmat. Yleensä henkilöt, jotka eivät osallistu FINRISKI-tutkimuksen kaltaisiin väestötutkimuksiin, ovat terveyden ja terveystietoisuuden eri osa-alueilta heikommassa asemassa kuin tutkimukseen osallistujat^{12,13}. Suomessa ei kuitenkaan ole ajankohtaista tietoa siitä, onko tilanne edelleen sama. Vuoden 2007 tutkimusta suunniteltaessa erityistä huomiota kiinnitettiin juuri osallistumisaktiivisuuden nostamiseen.

Suomalaisten terveydessä on tapahtunut monia edullisia muutoksia viimeisten vuosikymmenten aikana. Vuonna 2007 toteutetun kansallisen FINRISKI 2007 -terveystutkimuksen mukaan tämä myönteinen kehitys on pääosin jatkunut keskeisimpien sydän- ja verisuonisairauksien riskitekijöiden muutoksissa. Lisäksi itse koettu terveys, vapaa-ajan liikunta, oma fyysinen kunto ja elämänlaatu ovat kehittyneet myönteisesti edellisiin tutkimuksiin verrattuna.

5. SUMMARY IN ENGLISH

In Finland, the mortality due to cardiovascular diseases was among the highest in the world at the end of the 1960's. Since then, many preventive activities have been carried out in the country. One important tool in planning and targeting the preventive activities has been continuous monitoring of chronic diseases and their risk factors at population level. Cardiovascular risk factors have been studied with population-based health surveys at five year-intervals since 1972. The main aim of these surveys is to follow the risk factors trends to serve public health policy and prevention planning.

The first chronic disease risk factor surveys were conducted in Eastern Finland in the North Karelia and Kuopio provinces. The aim of these surveys was to evaluate the effectiveness of the North Karelia Project, a comprehensive community-based programme designed to prevent cardiovascular disease¹⁴. Later on, the surveys have been carried out also in Southwestern Finland, in the capital area and in Northern Finland. From 1982 to 1992 the surveys were part of the multinational WHO MONICA study¹, and from 1992 the surveys have been called The National FINRISK Study.

The basic study design has been the same during this 35 year period. The sample sizes have varied from 6 500 to 13 500 men and women depending on the survey year. The methods, measurements and protocols used in the study have been essentially the same during the whole 35 year period.

In year 2007 the eight population risk factor survey, the National FINRISK 2007 Study, was carried out in six areas in Finland. The total sample size was 11 953 persons in the agegroup 25-74 year. The sample was a random sample from the Finnish Population Information System, stratified according to sex, 10-year age groups, and the six geographical areas. As in the earlier years, the survey protocol followed closely the WHO MONICA protocol¹ and the later recommendations of the European Health Risk Monitoring project². Study teams in each of the regions, with five trained nurses in each, carried out the survey. Survey included a self-administered questionnaire and a health examination, where anthropometric measurements, blood pressure measurements and blood sampling was carried out. All blood samples were handled with standardized protocol and sent to KTL for analyses. Serum total cholesterol, HDL-cholesterol, triglycerides, glutamyltransferase and high-sensitivity C-reactive protein were analyzed from all the samples.

In this report, the basic results of the survey and comparisons to earlier surveys have been made. The results are mainly presented to the age group 30 to 59 years, as it is the common age group for most of the surveys. For the year 2007, the results are also presented for the whole study group of age 25-74 years. In addition to this report, a comprehensive table annex including tables of all the measurements and questions carried out or asked in the survey⁵. Further, the study protocol has been published in a separate report⁴.

Overall, serum total cholesterol levels have declined since 1972. There was a leveling-off period between 1997 and 2002, but in the past five years serum cholesterol levels have again declined in all areas by about 5 %. Blood pressure has declined since 1972, but the decline seems to have levelled off during the past five years. Possible reasons for this could be the increasing prevalence of obesity and increase in alcohol consumption. Prevalence of smoking among men has been declining for decades, and now for the first time a decline in smoking was also observed in women. The average body weight and body mass index has increased during the past decades, especially among men. However, during the latest five-year period 2002-2007, the change in body mass index was no longer statistically significant. Still, the prevalence of obesity is high in Finnish adult population. There has been a steady increase in the waist circumference both in men and women.

The average cardiovascular risk factor levels have decreased markedly in Finland since 1972. During the same time period, cardiovascular disease mortality has decreased by 80 % in middle-aged population⁹. Most of this decline can be explained by the changes in main cardiovascular disease risk factor levels^{9,10}. According to the latest national risk factor survey in year 2007, this favorable trend in risk factors has mainly been continuing during the past five years. In addition, favorable changes in self-reported health status, leisure time physical activity, physical fitness and quality of life in general population have been observed.

6. KIRJALLISUUSVIITTEET

1. WHO MONICA Project. MONICA Manual. <http://www.ktl.fi/publications/monica/manual/>
2. European Health Risk Monitoring project. Recommendation for indicators, international collaboration, protocol and manual of operations for chronic disease risk factor surveys. <http://www.ktl.fi/ehrm/>
3. Paturi M, Tapanainen H, Reinivuo H, Pietinen P (toim.) Finravinto 2007 -tutkimus. The National FINDIET 2007 Survey. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B23/2008. Helsinki 2008. http://www.ktl.fi/attachments/suomi/julkaisut/julkaisusarja_b/2008/2008b23.pdf
4. Peltonen M, Saarikoski L, Lund L, Salminen I, Laatikainen T, Jousilahti P, Männistö S, Vartiainen E. Kansallinen FINRISKI 2007 –terveystutkimus. Tutkimuksen toteutus ja tulokset: Menetelmät. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B36/2008. <http://www.ktl.fi/portal/2920>
5. Peltonen M, Harald K, Männistö S, Saarikoski L, Lund L, Sundvall J, Juolevi A, Laatikainen T, Aldén-Nieminen H, Luoto R, Jousilahti P, Salomaa V, Taimi M, Vartiainen E. Kansallinen FINRISKI 2007 –terveystutkimus. Tutkimuksen toteutus ja tulokset: Taulukkoliite. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B35/2008. <http://www.ktl.fi/portal/2920>
6. Vartiainen E, Jousilahti P, Tamminen M ym. FINRISKI '92: Tutkimus kansanterveydellisistä riskitekijöistä, niihin liittyvistä elintavoista, oireista ja terveystutkimuksen käytöstä. Tutkimuksen toteutus ja perustaulukot. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B9/1993. Helsinki 1993.
7. Vartiainen E, Jousilahti P, Juolevi A ym. FINRISKI 1997. Tutkimus kroonisten kansantautien riskitekijöistä, niihin liittyvistä elintavoista, oireista ja terveystutkimuksen käytöstä. Tutkimuksen toteutus ja perustaulukot. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B1/1998. Helsinki 1998.
8. Laatikainen T, Tapanainen H, Alftan G ym. FINRISKI 2002. Tutkimus kroonisten kansantautien riskitekijöistä, niihin liittyvistä elintavoista, oireista, psykososiaalisista tekijöistä ja terveystutkimuksen käytöstä. Tutkimuksen toteutus ja tulokset 2. Taulukkoliite. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B7/2003. <http://www.ktl.fi/publications/2003/b72.pdf>
9. Vartiainen E, Peltonen M, Laatikainen T, Sundvall J, Salomaa V, Jousilahti P, et. al. FINRISKI-tutkimus: Sekä miesten että naisten sydän- ja verisuonisairauksien kokonaisriski pieneni viime vuosina. *Suom Lääkäril* 2008;15:1375-81.
10. Vartiainen E, Puska P, Pekkanen J, Tuomilehto J, Jousilahti P. Changes in risk factors explain changes in mortality from ischaemic heart disease in Finland. *BMJ* 1994;309:23-27.
11. Männistö S, Ovaskainen M-L, Valsta L, toim. Finravinto 2002 -tutkimus. The National FINDIET 2002 Survey. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B3/2003. Helsinki 2003. <http://www.ktl.fi/portal/2705>
12. Harald K, Salomaa V, Jousilahti P, Koskinen S, Vartiainen, E. Non-participation and mortality in different socioeconomic groups: the FINRISK population surveys in 1972-92. *J Epidemiol Community Health* 2007;61:449-54.
13. Jousilahti P, Salomaa V, Kuulasmaa K, Niemela M, Vartiainen E. Total and cause specific mortality among participants and non-participants of population based health surveys: a comprehensive follow up of 54 372 Finnish men and women. *J Epidemiol Community Health* 2005;59:310-5.
14. Puska P, Vartiainen E, Laatikainen T, Jousilahti P, Paavola M (toim.). The North Karelia Project: From North Karelia to National Action. Terveystutkimuksen ja Hyvinvoinnin laitoksen julkaisuja. Helsinki 2009 (in print).

Liite 1. Otos, kato, osallistuneet ja osallistumisprosentti

Pohjois-Karjalan maakunta

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|---|--------|-------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Otos | 197 | 200 | 200 | 198 | 200 | 995 | 197 | 199 | 200 | 200 | 199 | 995 | 1990 |
| Kato | 96 | 79 | 61 | 60 | 43 | 339 | 60 | 63 | 52 | 48 | 43 | 266 | 605 |
| Osallistuneet, terveystarkastus ja lomake | 96 | 111 | 130 | 131 | 144 | 612 | 125 | 129 | 136 | 141 | 143 | 674 | 1286 |
| Osallistuneet, pelkkä lomake | 5 | 10 | 9 | 7 | 13 | 44 | 12 | 7 | 12 | 11 | 13 | 55 | 99 |
| Osallistumisprosentti | 51.3 | 60.5 | 69.5 | 69.7 | 78.5 | 65.9 | 69.5 | 68.3 | 74.0 | 76.0 | 78.4 | 73.3 | 69.6 |

Pohjois-Savon maakunta

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|---|--------|-------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Otos | 197 | 200 | 199 | 200 | 200 | 996 | 197 | 200 | 200 | 199 | 200 | 996 | 1992 |
| Kato | 119 | 72 | 59 | 60 | 51 | 361 | 76 | 66 | 40 | 55 | 44 | 281 | 642 |
| Osallistuneet, terveystarkastus ja lomake | 70 | 119 | 128 | 131 | 145 | 593 | 110 | 120 | 152 | 137 | 144 | 663 | 1256 |
| Osallistuneet, pelkkä lomake | 8 | 9 | 12 | 9 | 4 | 42 | 11 | 14 | 8 | 7 | 12 | 52 | 94 |
| Osallistumisprosentti | 39.6 | 64.0 | 70.4 | 70.0 | 74.5 | 63.8 | 61.4 | 67.0 | 80.0 | 72.4 | 78.0 | 71.8 | 67.8 |

Turku ja Loimaa

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|---|--------|-------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Otos | 198 | 199 | 200 | 200 | 199 | 996 | 200 | 199 | 200 | 200 | 199 | 998 | 1994 |
| Kato | 103 | 84 | 82 | 61 | 57 | 387 | 59 | 61 | 50 | 48 | 53 | 271 | 658 |
| Osallistuneet, terveystarkastus ja lomake | 86 | 107 | 112 | 128 | 130 | 563 | 131 | 133 | 143 | 144 | 137 | 688 | 1251 |
| Osallistuneet, pelkkä lomake | 9 | 8 | 6 | 11 | 12 | 46 | 10 | 5 | 7 | 8 | 9 | 39 | 85 |
| Osallistumisprosentti | 48.0 | 57.8 | 59.0 | 69.5 | 71.4 | 61.1 | 70.5 | 69.3 | 75.0 | 76.0 | 73.4 | 72.8 | 67.0 |

Helsinki ja Vantaa

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|---|--------|-------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Otos | 200 | 198 | 199 | 199 | 199 | 995 | 194 | 200 | 200 | 199 | 200 | 993 | 1988 |
| Kato | 99 | 91 | 85 | 59 | 57 | 391 | 78 | 59 | 54 | 56 | 56 | 303 | 694 |
| Osallistuneet, terveystarkastus ja lomake | 93 | 98 | 103 | 130 | 129 | 553 | 102 | 133 | 129 | 135 | 135 | 634 | 1187 |
| Osallistuneet, pelkkä lomake | 8 | 9 | 11 | 10 | 13 | 51 | 14 | 8 | 17 | 8 | 9 | 56 | 107 |
| Osallistumisprosentti | 50.5 | 54.0 | 57.3 | 70.4 | 71.4 | 60.7 | 59.8 | 70.5 | 73.0 | 71.9 | 72.0 | 69.5 | 65.1 |

Oulun lääni

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|---|--------|-------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Otos | 199 | 200 | 200 | 200 | 199 | 998 | 196 | 200 | 200 | 199 | 200 | 995 | 1993 |
| Kato | 102 | 78 | 74 | 47 | 46 | 347 | 74 | 61 | 56 | 42 | 45 | 278 | 625 |
| Osallistuneet, terveystarkastus ja lomake | 89 | 115 | 120 | 145 | 144 | 613 | 107 | 129 | 141 | 147 | 141 | 665 | 1278 |
| Osallistuneet, pelkkä lomake | 8 | 7 | 6 | 8 | 9 | 38 | 15 | 10 | 3 | 10 | 14 | 52 | 90 |
| Osallistumisprosentti | 48.7 | 61.0 | 63.0 | 76.5 | 76.9 | 65.2 | 62.2 | 69.5 | 72.0 | 78.9 | 77.5 | 72.1 | 68.6 |

Lapin lääni

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|---|--------|-------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Otos | 200 | 200 | 200 | 199 | 199 | 998 | 199 | 200 | 200 | 200 | 199 | 998 | 1996 |
| Kato | 108 | 101 | 87 | 68 | 49 | 413 | 80 | 87 | 57 | 50 | 49 | 323 | 736 |
| Osallistuneet, terveystarkastus ja lomake | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| Osallistuneet, pelkkä lomake | 92 | 99 | 113 | 131 | 150 | 585 | 119 | 113 | 143 | 150 | 150 | 675 | 1260 |
| Osallistumisprosentti | 46.0 | 49.5 | 56.5 | 65.8 | 75.4 | 58.6 | 59.8 | 56.5 | 71.5 | 75.0 | 75.4 | 67.6 | 63.1 |

Kaikki alueet yhteensä

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|---|--------|-------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|-------|-------|------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Otos | 1191 | 1197 | 1198 | 1196 | 1196 | 5978 | 1183 | 1198 | 1200 | 1197 | 1197 | 5975 | 11953 |
| Kato | 627 | 505 | 448 | 355 | 303 | 2238 | 427 | 397 | 309 | 299 | 290 | 1722 | 3960 |
| Osallistuneet, terveystarkastus ja lomake | 434 | 550 | 593 | 665 | 692 | 2934 | 575 | 644 | 701 | 704 | 700 | 3324 | 6258 |
| Osallistuneet, pelkkä lomake | 130 | 142 | 157 | 176 | 201 | 806 | 181 | 157 | 190 | 194 | 207 | 929 | 1735 |
| Osallistumisprosentti | 47.4 | 57.8 | 62.6 | 70.3 | 74.7 | 62.6 | 63.9 | 66.9 | 74.3 | 75.0 | 75.8 | 71.2 | 66.9 |

Liite 2. Seerumin kolesterolin (mmol/l) keskiarvo, hajonta, minimi ja maksimi

| | | Miehet | | | | | Naiset | | | | | | |
|--|-------|--------|------|-----|-----|------|--------|------|------|-----|------|------|------|
| | | Mean | Std | Min | Max | N | Miss | Mean | Std | Min | Max | N | Miss |
| Pohjois-Karjalan maakunta | 25-34 | 4.78 | .98 | 2.9 | 8.6 | 95 | 6 | 4.69 | 1.07 | 2.7 | 9.7 | 124 | 13 |
| | 35-44 | 5.52 | 1.02 | 3.3 | 8.3 | 111 | 10 | 5.07 | .90 | 3.5 | 7.6 | 129 | 7 |
| | 45-54 | 5.58 | .97 | 3.1 | 8.1 | 130 | 9 | 5.41 | .90 | 3.5 | 9.1 | 135 | 13 |
| | 55-64 | 5.28 | 1.02 | 2.8 | 8.5 | 131 | 7 | 5.72 | .98 | 3.5 | 8.7 | 141 | 11 |
| | 65-74 | 5.21 | 1.02 | 2.9 | 9.4 | 144 | 13 | 5.53 | 1.03 | 2.8 | 9.3 | 143 | 13 |
| | Yht. | 5.29 | 1.04 | 2.8 | 9.4 | 611 | 45 | 5.30 | 1.04 | 2.7 | 9.7 | 672 | 57 |
| Pohjois-Savon maakunta | 25-34 | 4.97 | .91 | 3.2 | 8.4 | 70 | 8 | 4.74 | 1.01 | 2.8 | 9.6 | 110 | 11 |
| | 35-44 | 5.42 | 1.03 | 3.2 | 9.2 | 119 | 9 | 4.98 | .85 | 3.0 | 7.5 | 119 | 15 |
| | 45-54 | 5.47 | 1.04 | 3.4 | 9.0 | 128 | 12 | 5.31 | .88 | 3.4 | 8.2 | 152 | 8 |
| | 55-64 | 5.13 | .97 | 2.8 | 7.7 | 130 | 10 | 5.54 | .98 | 3.7 | 10.0 | 137 | 7 |
| | 65-74 | 4.90 | .95 | 2.9 | 7.7 | 145 | 4 | 5.55 | .96 | 3.3 | 9.4 | 144 | 12 |
| | Yht. | 5.19 | 1.01 | 2.8 | 9.2 | 592 | 43 | 5.26 | .98 | 2.8 | 10.0 | 662 | 53 |
| Turku ja Loimaa | 25-34 | 4.78 | .95 | 2.9 | 7.4 | 85 | 10 | 4.77 | .87 | 3.4 | 9.0 | 130 | 11 |
| | 35-44 | 5.16 | .95 | 2.2 | 7.5 | 104 | 11 | 4.84 | .86 | 2.9 | 7.4 | 132 | 6 |
| | 45-54 | 5.60 | .95 | 3.4 | 8.5 | 112 | 6 | 5.18 | .88 | 2.6 | 7.4 | 141 | 9 |
| | 55-64 | 5.26 | 1.06 | 2.9 | 8.1 | 126 | 13 | 5.55 | .94 | 2.8 | 8.2 | 144 | 8 |
| | 65-74 | 5.00 | 1.02 | 2.5 | 8.5 | 130 | 12 | 5.61 | 1.03 | 3.0 | 8.2 | 137 | 9 |
| | Yht. | 5.17 | 1.02 | 2.2 | 8.5 | 557 | 52 | 5.20 | .98 | 2.6 | 9.0 | 684 | 43 |
| Helsinki ja Vantaa | 25-34 | 4.78 | .87 | 2.4 | 7.8 | 92 | 9 | 4.73 | .77 | 3.0 | 7.0 | 102 | 14 |
| | 35-44 | 5.40 | .93 | 3.2 | 8.3 | 98 | 9 | 4.87 | .83 | 2.6 | 8.0 | 133 | 8 |
| | 45-54 | 5.55 | .87 | 3.3 | 8.1 | 103 | 11 | 5.37 | .88 | 3.2 | 8.0 | 129 | 17 |
| | 55-64 | 5.29 | .98 | 3.0 | 7.7 | 129 | 11 | 5.63 | .96 | 3.4 | 8.5 | 135 | 8 |
| | 65-74 | 5.07 | .93 | 3.0 | 7.8 | 129 | 13 | 5.51 | .96 | 3.4 | 8.2 | 134 | 10 |
| | Yht. | 5.22 | .95 | 2.4 | 8.3 | 551 | 53 | 5.24 | .95 | 2.6 | 8.5 | 633 | 57 |
| Oulun lääni | 25-34 | 4.89 | .93 | 2.8 | 7.1 | 89 | 8 | 4.66 | .77 | 3.2 | 7.4 | 107 | 15 |
| | 35-44 | 5.36 | .97 | 3.3 | 7.9 | 115 | 7 | 5.08 | .87 | 2.9 | 7.6 | 128 | 11 |
| | 45-54 | 5.59 | 1.00 | 3.5 | 9.1 | 119 | 7 | 5.28 | .85 | 3.0 | 7.4 | 140 | 4 |
| | 55-64 | 5.48 | 1.05 | 3.3 | 8.7 | 145 | 8 | 5.88 | .94 | 3.9 | 8.9 | 147 | 10 |
| | 65-74 | 4.98 | .98 | 3.0 | 8.2 | 144 | 9 | 5.52 | .98 | 3.3 | 8.4 | 140 | 15 |
| | Yht. | 5.28 | 1.02 | 2.8 | 9.1 | 612 | 39 | 5.33 | .98 | 2.9 | 8.9 | 662 | 55 |
| Kaikki alueet yhteensä (painottamaton) | 25-34 | 4.83 | .93 | 2.4 | 8.6 | 431 | 41 | 4.72 | .91 | 2.7 | 9.7 | 573 | 64 |
| | 35-44 | 5.37 | .99 | 2.2 | 9.2 | 547 | 46 | 4.97 | .86 | 2.6 | 8.0 | 641 | 47 |
| | 45-54 | 5.56 | .97 | 3.1 | 9.1 | 592 | 45 | 5.31 | .88 | 2.6 | 9.1 | 697 | 51 |
| | 55-64 | 5.29 | 1.02 | 2.8 | 8.7 | 661 | 49 | 5.67 | .97 | 2.8 | 10.0 | 704 | 44 |
| | 65-74 | 5.03 | .98 | 2.5 | 9.4 | 692 | 51 | 5.54 | .99 | 2.8 | 9.4 | 698 | 59 |
| | Yht. | 5.23 | 1.01 | 2.2 | 9.4 | 2923 | 232 | 5.27 | .99 | 2.6 | 10.0 | 3313 | 265 |
| Kaikki alueet yhteensä (painotettu) | 25-34 | 4.83 | .90 | 2.4 | 8.6 | 431 | 41 | 4.72 | .85 | 2.7 | 9.7 | 573 | 64 |
| | 35-44 | 5.38 | .97 | 2.2 | 9.2 | 547 | 46 | 4.94 | .85 | 2.6 | 8.0 | 641 | 47 |
| | 45-54 | 5.56 | .94 | 3.1 | 9.1 | 592 | 45 | 5.32 | .88 | 2.6 | 9.1 | 697 | 51 |
| | 55-64 | 5.31 | 1.01 | 2.8 | 8.7 | 661 | 49 | 5.68 | .96 | 2.8 | 10.0 | 704 | 44 |
| | 65-74 | 5.03 | .97 | 2.5 | 9.4 | 692 | 51 | 5.53 | .98 | 2.8 | 9.4 | 698 | 59 |
| | Yht. | 5.24 | .99 | 2.2 | 9.4 | 2923 | 232 | 5.22 | .97 | 2.6 | 10.0 | 3313 | 265 |

Liite 3. Seerumin kolesterolin jakauma

Pohjois-Karjalan maakunta

| | Ikäryhmä | Miehet | | | | | Yht. | Naiset | | | | | Yht. | |
|-------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | |
| Alle 5.00 mmol/l | | 64.2 | 31.5 | 29.2 | 37.4 | 41.7 | 39.8 | 66.1 | 54.3 | 32.6 | 22.7 | 30.1 | 40.3 | 40.1 |
| 5.00-6.49 mmol/l | | 30.5 | 54.1 | 50.8 | 53.4 | 46.5 | 47.8 | 29.8 | 38.8 | 56.3 | 58.2 | 51.7 | 47.5 | 47.6 |
| 6.50-7.99 mmol/l | | 4.2 | 12.6 | 19.2 | 8.4 | 11.1 | 11.5 | 1.6 | 7.0 | 10.4 | 17.0 | 16.1 | 10.7 | 11.1 |
| 8.00 mmol/l tai enemmän | | 1.1 | 1.8 | .8 | .8 | .7 | 1.0 | 2.4 | .0 | .7 | 2.1 | 2.1 | 1.5 | 1.2 |
| Yhteensä | % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| | N | 95 | 111 | 130 | 131 | 144 | 611 | 124 | 129 | 135 | 141 | 143 | 672 | 1283 |
| Puuttuvia (N) | | 6 | 10 | 9 | 7 | 13 | 45 | 13 | 7 | 13 | 11 | 13 | 57 | 102 |

Pohjois-Savon maakunta

| | Ikäryhmä | Miehet | | | | | Yht. | Naiset | | | | | Yht. | |
|-------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | |
| Alle 5.00 mmol/l | | 60.0 | 34.5 | 33.6 | 46.9 | 55.2 | 45.1 | 68.2 | 53.8 | 38.8 | 30.7 | 26.4 | 42.0 | 43.5 |
| 5.00-6.49 mmol/l | | 34.3 | 51.3 | 53.1 | 46.9 | 39.3 | 45.8 | 26.4 | 40.3 | 52.0 | 56.9 | 56.9 | 47.7 | 46.8 |
| 6.50-7.99 mmol/l | | 4.3 | 11.8 | 11.7 | 6.2 | 5.5 | 8.1 | 4.5 | 5.9 | 7.9 | 10.9 | 16.0 | 9.4 | 8.8 |
| 8.00 mmol/l tai enemmän | | 1.4 | 2.5 | 1.6 | .0 | .0 | 1.0 | .9 | .0 | 1.3 | 1.5 | .7 | .9 | 1.0 |
| Yhteensä | % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| | N | 70 | 119 | 128 | 130 | 145 | 592 | 110 | 119 | 152 | 137 | 144 | 662 | 1254 |
| Puuttuvia (N) | | 8 | 9 | 12 | 10 | 4 | 43 | 11 | 15 | 8 | 7 | 12 | 53 | 96 |

Turku ja Loimaa

| | Ikäryhmä | Miehet | | | | | Yht. | Naiset | | | | | Yht. | |
|-------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | |
| Alle 5.00 mmol/l | | 56.5 | 44.2 | 21.4 | 38.1 | 46.9 | 40.8 | 63.1 | 59.1 | 41.8 | 28.5 | 32.8 | 44.6 | 42.9 |
| 5.00-6.49 mmol/l | | 40.0 | 49.0 | 63.4 | 49.2 | 47.7 | 50.3 | 33.1 | 37.9 | 53.2 | 58.3 | 46.0 | 46.1 | 47.9 |
| 6.50-7.99 mmol/l | | 3.5 | 6.7 | 13.4 | 11.9 | 4.6 | 8.3 | 3.1 | 3.0 | 5.0 | 11.8 | 19.7 | 8.6 | 8.5 |
| 8.00 mmol/l tai enemmän | | .0 | .0 | 1.8 | .8 | .8 | .7 | .8 | .0 | .0 | 1.4 | 1.5 | .7 | .7 |
| Yhteensä | % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| | N | 85 | 104 | 112 | 126 | 130 | 557 | 130 | 132 | 141 | 144 | 137 | 684 | 1241 |
| Puuttuvia (N) | | 10 | 11 | 6 | 13 | 12 | 52 | 11 | 6 | 9 | 8 | 9 | 43 | 95 |

Helsinki ja Vantaa

| | Ikäryhmä | Miehet | | | | | Yht. | Naiset | | | | | Yht. | |
|-------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | |
| Alle 5.00 mmol/l | | 58.7 | 32.7 | 25.2 | 36.4 | 48.8 | 40.3 | 62.7 | 62.4 | 30.2 | 28.1 | 35.1 | 42.8 | 41.6 |
| 5.00-6.49 mmol/l | | 39.1 | 56.1 | 63.1 | 48.8 | 43.4 | 49.9 | 36.3 | 33.8 | 58.9 | 56.3 | 50.0 | 47.6 | 48.6 |
| 6.50-7.99 mmol/l | | 2.2 | 10.2 | 10.7 | 14.7 | 7.8 | 9.4 | 1.0 | 3.8 | 10.9 | 14.1 | 13.4 | 9.0 | 9.2 |
| 8.00 mmol/l tai enemmän | | .0 | 1.0 | 1.0 | .0 | .0 | .4 | .0 | .0 | .0 | 1.5 | 1.5 | .6 | .5 |
| Yhteensä | % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| | N | 92 | 98 | 103 | 129 | 129 | 551 | 102 | 133 | 129 | 135 | 134 | 633 | 1184 |
| Puuttuvia (N) | | 9 | 9 | 11 | 11 | 13 | 53 | 14 | 8 | 17 | 8 | 10 | 57 | 110 |

Oulun lääni

| | Ikäryhmä | Miehet | | | | | Yht. | Naiset | | | | | Yht. | |
|-------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | |
| Alle 5.00 mmol/l | | 59.6 | 36.5 | 29.4 | 33.1 | 52.8 | 41.5 | 68.2 | 44.5 | 40.0 | 16.3 | 30.7 | 38.2 | 39.8 |
| 5.00-6.49 mmol/l | | 33.7 | 48.7 | 53.8 | 51.7 | 39.6 | 46.1 | 29.9 | 51.6 | 52.1 | 60.5 | 52.9 | 50.5 | 48.4 |
| 6.50-7.99 mmol/l | | 6.7 | 14.8 | 15.1 | 13.1 | 6.9 | 11.4 | 1.9 | 3.9 | 7.9 | 20.4 | 15.0 | 10.4 | 10.9 |
| 8.00 mmol/l tai enemmän | | .0 | .0 | 1.7 | 2.1 | .7 | 1.0 | .0 | .0 | .0 | 2.7 | 1.4 | .9 | .9 |
| Yhteensä | % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| | N | 89 | 115 | 119 | 145 | 144 | 612 | 107 | 128 | 140 | 147 | 140 | 662 | 1274 |
| Puuttuvia (N) | | 8 | 7 | 7 | 8 | 9 | 39 | 15 | 11 | 4 | 10 | 15 | 55 | 94 |

Kaikki alueet yhteensä (painottamaton)

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|-------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 5.00 mmol/l | 59.9 | 35.8 | 28.0 | 38.3 | 49.1 | 41.5 | 65.6 | 54.9 | 36.9 | 25.1 | 30.9 | 41.6 | 41.5 |
| 5.00-6.49 mmol/l | 35.5 | 51.7 | 56.4 | 50.1 | 43.2 | 47.9 | 31.1 | 40.4 | 54.4 | 58.1 | 51.6 | 47.8 | 47.9 |
| 6.50-7.99 mmol/l | 4.2 | 11.3 | 14.2 | 10.9 | 7.2 | 9.8 | 2.4 | 4.7 | 8.3 | 14.9 | 16.0 | 9.6 | 9.7 |
| 8.00 mmol/l tai enemmän | .5 | 1.1 | 1.4 | .8 | .4 | .8 | .9 | .0 | .4 | 1.8 | 1.4 | .9 | .9 |
| Yhteensä | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| N | 431 | 547 | 592 | 661 | 692 | 2923 | 573 | 641 | 697 | 704 | 698 | 3313 | 6236 |
| Puuttuvia (N) | 41 | 46 | 45 | 49 | 51 | 232 | 64 | 47 | 51 | 44 | 59 | 265 | 497 |

Kaikki alueet yhteensä (painotettu)

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|-------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 5.00 mmol/l | 59.3 | 35.1 | 27.5 | 37.2 | 49.8 | 41.0 | 65.0 | 56.3 | 35.3 | 25.2 | 32.2 | 43.4 | 42.2 |
| 5.00-6.49 mmol/l | 36.6 | 52.5 | 58.1 | 49.8 | 42.7 | 48.6 | 32.5 | 39.4 | 55.5 | 57.8 | 51.3 | 47.2 | 47.9 |
| 6.50-7.99 mmol/l | 3.8 | 11.4 | 13.1 | 12.3 | 7.2 | 9.7 | 2.0 | 4.2 | 9.0 | 15.2 | 15.1 | 8.6 | 9.2 |
| 8.00 mmol/l tai enemmän | .3 | .9 | 1.3 | .7 | .3 | .7 | .4 | .0 | .3 | 1.8 | 1.4 | .7 | .7 |

Liite 4. Systolisen verenpaineen (mmHg) keskiarvo (1. ja 2. mittauksen keskiarvo), hajonta, minimi ja maksimi

| | | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | |
|--|-------|--------|------|-------|-------|------|------|--------|------|-------|-------|------|------|
| | | Mean | Std | Min | Max | N | Miss | Mean | Std | Min | Max | N | Miss |
| Pohjois-Karjalan maakunta | 25-34 | 132.8 | 12.8 | 97.0 | 158.0 | 96 | 5 | 120.3 | 12.9 | 88.0 | 163.0 | 123 | 14 |
| | 35-44 | 132.6 | 14.2 | 100.0 | 170.0 | 111 | 10 | 128.0 | 16.6 | 100.0 | 182.0 | 129 | 7 |
| | 45-54 | 138.4 | 16.6 | 90.0 | 198.0 | 129 | 10 | 136.0 | 20.5 | 95.0 | 199.0 | 135 | 13 |
| | 55-64 | 145.5 | 21.4 | 108.0 | 211.0 | 131 | 7 | 144.9 | 20.4 | 97.0 | 211.0 | 141 | 11 |
| | 65-74 | 152.9 | 22.8 | 103.0 | 220.0 | 144 | 13 | 156.2 | 23.0 | 106.0 | 238.0 | 143 | 13 |
| | Yht. | 141.4 | 20.0 | 90.0 | 220.0 | 611 | 45 | 137.8 | 22.9 | 88.0 | 238.0 | 671 | 58 |
| Pohjois-Savon maakunta | 25-34 | 132.5 | 15.9 | 98.0 | 189.0 | 70 | 8 | 116.7 | 12.5 | 92.0 | 163.0 | 110 | 11 |
| | 35-44 | 133.4 | 16.0 | 109.0 | 205.0 | 119 | 9 | 123.6 | 13.7 | 91.0 | 163.0 | 120 | 14 |
| | 45-54 | 137.7 | 17.3 | 107.0 | 189.0 | 128 | 12 | 130.7 | 17.7 | 91.0 | 195.0 | 151 | 9 |
| | 55-64 | 140.8 | 19.2 | 107.0 | 203.0 | 131 | 9 | 141.6 | 18.8 | 94.0 | 181.0 | 137 | 7 |
| | 65-74 | 148.5 | 21.2 | 99.0 | 207.0 | 145 | 4 | 151.3 | 21.4 | 109.0 | 221.0 | 144 | 12 |
| | Yht. | 139.5 | 19.2 | 98.0 | 207.0 | 593 | 42 | 133.8 | 21.2 | 91.0 | 221.0 | 662 | 53 |
| Turku ja Loimaa | 25-34 | 127.6 | 12.3 | 86.0 | 152.0 | 86 | 9 | 115.7 | 11.8 | 92.0 | 147.0 | 131 | 10 |
| | 35-44 | 130.8 | 16.9 | 96.0 | 218.0 | 107 | 8 | 121.3 | 13.7 | 97.0 | 172.0 | 133 | 5 |
| | 45-54 | 136.3 | 16.9 | 105.0 | 196.0 | 112 | 6 | 127.7 | 16.4 | 93.0 | 182.0 | 143 | 7 |
| | 55-64 | 143.0 | 20.5 | 102.0 | 232.0 | 126 | 13 | 133.8 | 18.3 | 94.0 | 197.0 | 144 | 8 |
| | 65-74 | 146.0 | 19.8 | 104.0 | 213.0 | 130 | 12 | 144.4 | 20.0 | 99.0 | 221.0 | 137 | 9 |
| | Yht. | 137.7 | 19.1 | 86.0 | 232.0 | 561 | 48 | 128.8 | 19.1 | 92.0 | 221.0 | 688 | 39 |
| Helsinki ja Vantaa | 25-34 | 127.5 | 12.9 | 94.0 | 159.0 | 93 | 8 | 116.1 | 12.3 | 92.0 | 145.0 | 102 | 14 |
| | 35-44 | 129.4 | 14.2 | 104.0 | 164.0 | 98 | 9 | 120.4 | 14.4 | 90.0 | 170.0 | 133 | 8 |
| | 45-54 | 135.8 | 16.3 | 97.0 | 193.0 | 103 | 11 | 129.7 | 15.6 | 91.0 | 176.0 | 129 | 17 |
| | 55-64 | 139.5 | 19.6 | 100.0 | 211.0 | 130 | 10 | 138.6 | 19.2 | 100.0 | 194.0 | 135 | 8 |
| | 65-74 | 144.1 | 19.6 | 104.0 | 204.0 | 129 | 13 | 145.1 | 20.8 | 106.0 | 217.0 | 135 | 9 |
| | Yht. | 136.1 | 18.1 | 94.0 | 211.0 | 553 | 51 | 130.7 | 20.0 | 90.0 | 217.0 | 634 | 56 |
| Oulun lääni | 25-34 | 131.1 | 11.2 | 99.0 | 163.0 | 89 | 8 | 118.7 | 11.4 | 93.0 | 151.0 | 107 | 15 |
| | 35-44 | 132.7 | 14.7 | 104.0 | 197.0 | 115 | 7 | 127.1 | 16.4 | 97.0 | 180.0 | 129 | 10 |
| | 45-54 | 136.5 | 17.5 | 107.0 | 208.0 | 120 | 6 | 131.9 | 17.8 | 94.0 | 181.0 | 141 | 3 |
| | 55-64 | 141.3 | 19.1 | 100.0 | 185.0 | 145 | 8 | 141.2 | 18.5 | 105.0 | 205.0 | 147 | 10 |
| | 65-74 | 148.8 | 20.5 | 104.0 | 211.0 | 144 | 9 | 151.0 | 22.0 | 103.0 | 227.0 | 141 | 14 |
| | Yht. | 139.0 | 18.5 | 99.0 | 211.0 | 613 | 38 | 135.0 | 20.9 | 93.0 | 227.0 | 665 | 52 |
| Kaikki alueet yhteensä (painottamaton) | 25-34 | 130.2 | 13.1 | 86.0 | 189.0 | 434 | 38 | 117.5 | 12.3 | 88.0 | 163.0 | 573 | 64 |
| | 35-44 | 131.9 | 15.3 | 96.0 | 218.0 | 550 | 43 | 124.0 | 15.3 | 90.0 | 182.0 | 644 | 44 |
| | 45-54 | 137.0 | 16.9 | 90.0 | 208.0 | 592 | 45 | 131.2 | 17.9 | 91.0 | 199.0 | 699 | 49 |
| | 55-64 | 142.0 | 20.0 | 100.0 | 232.0 | 663 | 47 | 140.0 | 19.4 | 94.0 | 211.0 | 704 | 44 |
| | 65-74 | 148.2 | 21.0 | 99.0 | 220.0 | 692 | 51 | 149.7 | 21.9 | 99.0 | 238.0 | 700 | 57 |
| | Yht. | 138.8 | 19.1 | 86.0 | 232.0 | 2931 | 224 | 133.2 | 21.1 | 88.0 | 238.0 | 3320 | 258 |
| Kaikki alueet yhteensä (painotettu) | 25-34 | 129.4 | 12.9 | 86.0 | 189.0 | 434 | 38 | 117.1 | 12.2 | 88.0 | 163.0 | 573 | 64 |
| | 35-44 | 131.3 | 15.0 | 96.0 | 218.0 | 550 | 43 | 123.0 | 15.2 | 90.0 | 182.0 | 644 | 44 |
| | 45-54 | 136.6 | 16.8 | 90.0 | 208.0 | 592 | 45 | 130.6 | 17.1 | 91.0 | 199.0 | 699 | 49 |
| | 55-64 | 141.0 | 19.7 | 100.0 | 232.0 | 663 | 47 | 139.6 | 19.2 | 94.0 | 211.0 | 704 | 44 |
| | 65-74 | 146.9 | 20.5 | 99.0 | 220.0 | 692 | 51 | 148.2 | 21.6 | 99.0 | 238.0 | 700 | 57 |
| | Yht. | 135.8 | 17.8 | 86.0 | 232.0 | 2931 | 224 | 130.6 | 20.1 | 88.0 | 238.0 | 3320 | 258 |

Liite 5. Systolisen verenpaineen jakauma (1. ja 2. mittauksen keskiarvo)

Pohjois-Karjalan maakunta

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|----------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 120 mmHg | 13.5 | 17.1 | 10.9 | 9.9 | 6.3 | 11.1 | 51.2 | 31.8 | 25.9 | 12.1 | 2.8 | 23.8 | 17.8 |
| 120-129 mmHg | 31.3 | 23.4 | 20.2 | 13.7 | 8.3 | 18.3 | 23.6 | 27.9 | 14.1 | 12.8 | 7.7 | 16.8 | 17.6 |
| 130-139 mmHg | 26.0 | 32.4 | 22.5 | 22.9 | 14.6 | 23.1 | 20.3 | 17.1 | 18.5 | 14.9 | 10.5 | 16.1 | 19.4 |
| 140-159 mmHg | 29.2 | 24.3 | 36.4 | 29.8 | 33.3 | 30.9 | 4.1 | 18.6 | 28.9 | 40.4 | 40.6 | 27.3 | 29.0 |
| 160-179 mmHg | .0 | 2.7 | 8.5 | 17.6 | 24.3 | 11.8 | .8 | 3.9 | 9.6 | 14.9 | 23.8 | 11.0 | 11.4 |
| 180 mmHg tai enemmän | .0 | .0 | 1.6 | 6.1 | 13.2 | 4.7 | .0 | .8 | 3.0 | 5.0 | 14.7 | 4.9 | 4.8 |
| Yhteensä % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| Yhteensä N | 96 | 111 | 129 | 131 | 144 | 611 | 123 | 129 | 135 | 141 | 143 | 671 | 1282 |
| Puuttuvia (N) | 5 | 10 | 10 | 7 | 13 | 45 | 14 | 7 | 13 | 11 | 13 | 58 | 103 |

Pohjois-Savon maakunta

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|----------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 120 mmHg | 18.6 | 19.3 | 13.3 | 13.0 | 8.3 | 13.8 | 66.4 | 43.3 | 29.1 | 12.4 | 6.9 | 29.6 | 22.2 |
| 120-129 mmHg | 25.7 | 25.2 | 18.0 | 15.3 | 8.3 | 17.4 | 20.9 | 24.2 | 21.9 | 14.6 | 9.7 | 18.0 | 17.7 |
| 130-139 mmHg | 22.9 | 27.7 | 27.3 | 22.9 | 22.1 | 24.6 | 7.3 | 18.3 | 23.8 | 16.8 | 18.1 | 17.4 | 20.8 |
| 140-159 mmHg | 27.1 | 21.0 | 29.7 | 32.8 | 31.7 | 28.8 | 4.5 | 13.3 | 16.6 | 37.2 | 29.2 | 21.0 | 24.7 |
| 160-179 mmHg | 4.3 | 5.0 | 10.2 | 13.0 | 22.8 | 12.1 | .9 | .8 | 7.3 | 18.2 | 27.1 | 11.6 | 11.9 |
| 180 mmHg tai enemmän | 1.4 | 1.7 | 1.6 | 3.1 | 6.9 | 3.2 | .0 | .0 | 1.3 | .7 | 9.0 | 2.4 | 2.8 |
| Yhteensä % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| Yhteensä N | 70 | 119 | 128 | 131 | 145 | 593 | 110 | 120 | 151 | 137 | 144 | 662 | 1255 |
| Puuttuvia (N) | 8 | 9 | 12 | 9 | 4 | 42 | 11 | 14 | 9 | 7 | 12 | 53 | 95 |

Turku ja Loimaa

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|----------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 120 mmHg | 27.9 | 23.4 | 17.0 | 12.7 | 8.5 | 16.9 | 62.6 | 51.9 | 30.1 | 21.5 | 9.5 | 34.6 | 26.7 |
| 120-129 mmHg | 25.6 | 29.9 | 18.8 | 12.7 | 11.5 | 18.9 | 22.9 | 24.8 | 26.6 | 25.7 | 12.4 | 22.5 | 20.9 |
| 130-139 mmHg | 27.9 | 22.4 | 26.8 | 16.7 | 22.3 | 22.8 | 9.9 | 14.3 | 23.1 | 22.9 | 23.4 | 18.9 | 20.7 |
| 140-159 mmHg | 18.6 | 20.6 | 29.5 | 40.5 | 31.5 | 29.1 | 4.6 | 7.5 | 16.1 | 21.5 | 35.0 | 17.2 | 22.5 |
| 160-179 mmHg | .0 | 2.8 | 6.3 | 13.5 | 24.6 | 10.5 | .0 | 1.5 | 3.5 | 4.9 | 14.6 | 4.9 | 7.4 |
| 180 mmHg tai enemmän | .0 | .9 | 1.8 | 4.0 | 1.5 | 1.8 | .0 | .0 | .7 | 3.5 | 5.1 | 1.9 | 1.8 |
| Yhteensä % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| Yhteensä N | 86 | 107 | 112 | 126 | 130 | 561 | 131 | 133 | 143 | 144 | 137 | 688 | 1249 |
| Puuttuvia (N) | 9 | 8 | 6 | 13 | 12 | 48 | 10 | 5 | 7 | 8 | 9 | 39 | 87 |

Helsinki ja Vantaa

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|----------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 120 mmHg | 25.8 | 31.6 | 15.5 | 10.8 | 9.3 | 17.5 | 59.8 | 52.6 | 25.6 | 14.1 | 9.6 | 30.9 | 24.7 |
| 120-129 mmHg | 35.5 | 19.4 | 21.4 | 21.5 | 13.2 | 21.5 | 28.4 | 23.3 | 23.3 | 14.1 | 12.6 | 19.9 | 20.6 |
| 130-139 mmHg | 21.5 | 27.6 | 25.2 | 25.4 | 18.6 | 23.5 | 4.9 | 15.8 | 30.2 | 31.1 | 20.7 | 21.3 | 22.3 |
| 140-159 mmHg | 17.2 | 18.4 | 30.1 | 29.2 | 39.5 | 27.8 | 6.9 | 6.8 | 18.6 | 24.4 | 37.8 | 19.6 | 23.4 |
| 160-179 mmHg | .0 | 3.1 | 5.8 | 7.7 | 14.7 | 6.9 | .0 | 1.5 | 2.3 | 14.1 | 13.3 | 6.6 | 6.7 |
| 180 mmHg tai enemmän | .0 | .0 | 1.9 | 5.4 | 4.7 | 2.7 | .0 | .0 | .0 | 2.2 | 5.9 | 1.7 | 2.2 |
| Yhteensä % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| Yhteensä N | 93 | 98 | 103 | 130 | 129 | 553 | 102 | 133 | 129 | 135 | 135 | 634 | 1187 |
| Puuttuvia (N) | 8 | 9 | 11 | 10 | 13 | 51 | 14 | 8 | 17 | 8 | 9 | 56 | 107 |

Oulun lääni

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|----------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 120 mmHg | 11.2 | 16.5 | 12.5 | 15.9 | 5.6 | 12.2 | 57.0 | 36.4 | 27.7 | 10.9 | 4.3 | 25.4 | 19.1 |
| 120-129 mmHg | 31.5 | 31.3 | 27.5 | 14.5 | 12.5 | 22.2 | 27.1 | 22.5 | 22.0 | 15.6 | 9.2 | 18.8 | 20.4 |
| 130-139 mmHg | 34.8 | 21.7 | 21.7 | 15.9 | 16.0 | 20.9 | 11.2 | 22.5 | 20.6 | 25.2 | 19.1 | 20.2 | 20.5 |
| 140-159 mmHg | 21.3 | 26.1 | 31.7 | 33.8 | 37.5 | 31.0 | 4.7 | 15.5 | 21.3 | 33.3 | 34.0 | 22.9 | 26.8 |
| 160-179 mmHg | 1.1 | 3.5 | 4.2 | 18.6 | 18.8 | 10.4 | .0 | 2.3 | 7.1 | 12.2 | 24.8 | 9.9 | 10.2 |
| 180 mmHg tai enemmän | .0 | .9 | 2.5 | 1.4 | 9.7 | 3.3 | .0 | .8 | 1.4 | 2.7 | 8.5 | 2.9 | 3.1 |
| Yhteensä % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| N | 89 | 115 | 120 | 145 | 144 | 613 | 107 | 129 | 141 | 147 | 141 | 665 | 1278 |
| Puuttuvia (N) | 8 | 7 | 6 | 8 | 9 | 38 | 15 | 10 | 3 | 10 | 14 | 52 | 90 |

Kaikki alueet yhteensä (painottamaton)

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|----------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 120 mmHg | 19.4 | 21.3 | 13.7 | 12.5 | 7.5 | 14.2 | 59.3 | 43.3 | 27.8 | 14.2 | 6.6 | 28.9 | 22.0 |
| 120-129 mmHg | 30.2 | 26.0 | 21.1 | 15.5 | 10.7 | 19.7 | 24.4 | 24.5 | 21.6 | 16.6 | 10.3 | 19.2 | 19.4 |
| 130-139 mmHg | 26.7 | 26.4 | 24.7 | 20.7 | 18.6 | 23.0 | 11.0 | 17.5 | 23.2 | 22.2 | 18.3 | 18.7 | 20.7 |
| 140-159 mmHg | 22.6 | 22.2 | 31.6 | 33.2 | 34.7 | 29.6 | 4.9 | 12.3 | 20.2 | 31.4 | 35.3 | 21.6 | 25.3 |
| 160-179 mmHg | .9 | 3.5 | 7.1 | 14.2 | 21.1 | 10.4 | .3 | 2.0 | 6.0 | 12.8 | 20.9 | 8.8 | 9.6 |
| 180 mmHg tai enemmän | .2 | .7 | 1.9 | 3.9 | 7.4 | 3.2 | .0 | .3 | 1.3 | 2.8 | 8.7 | 2.8 | 3.0 |
| Yhteensä % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| N | 434 | 550 | 592 | 663 | 692 | 2931 | 573 | 644 | 699 | 704 | 700 | 3320 | 6251 |
| Puuttuvia (N) | 38 | 43 | 45 | 47 | 51 | 224 | 64 | 44 | 49 | 44 | 57 | 258 | 482 |

Kaikki alueet yhteensä (painotettu)

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|----------------------|--------|-------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 120 mmHg | 20.7 | 23.8 | 14.2 | 12.5 | 7.9 | 16.9 | 59.6 | 46.1 | 27.1 | 13.8 | 7.4 | 32.4 | 24.8 |
| 120-129 mmHg | 32.0 | 24.8 | 21.9 | 17.3 | 11.7 | 22.6 | 26.0 | 23.8 | 22.4 | 15.7 | 11.0 | 20.5 | 21.5 |
| 130-139 mmHg | 25.9 | 26.0 | 24.6 | 21.5 | 18.5 | 23.8 | 8.7 | 17.5 | 25.3 | 25.5 | 19.4 | 19.1 | 21.4 |
| 140-159 mmHg | 20.5 | 21.5 | 31.0 | 32.1 | 36.5 | 27.2 | 5.5 | 10.6 | 19.5 | 29.2 | 35.7 | 19.0 | 23.1 |
| 160-179 mmHg | .7 | 3.4 | 6.4 | 12.6 | 18.8 | 7.2 | .2 | 1.8 | 4.9 | 13.2 | 18.9 | 7.1 | 7.1 |
| 180 mmHg tai enemmän | .2 | .6 | 2.0 | 4.0 | 6.7 | 2.2 | .0 | .2 | .8 | 2.6 | 7.6 | 1.9 | 2.1 |

Liite 6. Diastolisen verenpaineen (mmHg) keskiarvo (1. ja 2. mittauksen keskiarvo), hajonta, minimi ja maksimi

| | | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | |
|--|-------|--------|------|------|-------|------|------|--------|------|------|-------|------|------|
| | | Mean | Std | Min | Max | N | Miss | Mean | Std | Min | Max | N | Miss |
| Pohjois-Karjalan maakunta | 25-34 | 74.8 | 10.3 | 48.0 | 105.0 | 96 | 5 | 70.5 | 10.2 | 51.0 | 96.0 | 123 | 14 |
| | 35-44 | 82.7 | 12.5 | 55.0 | 115.0 | 111 | 10 | 76.5 | 10.1 | 47.0 | 101.0 | 129 | 7 |
| | 45-54 | 85.1 | 10.8 | 57.0 | 119.0 | 129 | 10 | 80.0 | 11.1 | 55.0 | 125.0 | 135 | 13 |
| | 55-64 | 84.8 | 11.5 | 52.0 | 118.0 | 131 | 7 | 80.3 | 10.7 | 57.0 | 115.0 | 141 | 11 |
| | 65-74 | 80.5 | 11.7 | 43.0 | 113.0 | 144 | 13 | 77.5 | 11.8 | 40.0 | 121.0 | 143 | 13 |
| | Yht. | 81.9 | 11.9 | 43.0 | 119.0 | 611 | 45 | 77.1 | 11.3 | 40.0 | 125.0 | 671 | 58 |
| Pohjois-Savon maakunta | 25-34 | 76.4 | 11.6 | 48.0 | 109.0 | 70 | 8 | 70.4 | 11.1 | 41.0 | 107.0 | 110 | 11 |
| | 35-44 | 82.7 | 11.2 | 60.0 | 117.0 | 119 | 9 | 76.3 | 9.9 | 52.0 | 101.0 | 120 | 14 |
| | 45-54 | 86.9 | 11.7 | 55.0 | 123.0 | 128 | 12 | 79.4 | 9.6 | 53.0 | 109.0 | 151 | 9 |
| | 55-64 | 84.9 | 9.9 | 65.0 | 108.0 | 131 | 9 | 80.9 | 9.4 | 58.0 | 104.0 | 137 | 7 |
| | 65-74 | 78.8 | 10.9 | 45.0 | 109.0 | 145 | 4 | 78.7 | 11.2 | 48.0 | 107.0 | 144 | 12 |
| | Yht. | 82.4 | 11.5 | 45.0 | 123.0 | 593 | 42 | 77.5 | 10.8 | 41.0 | 109.0 | 662 | 53 |
| Turku ja Loimaa | 25-34 | 73.8 | 12.3 | 41.0 | 109.0 | 86 | 9 | 68.7 | 9.3 | 39.0 | 92.0 | 131 | 10 |
| | 35-44 | 80.2 | 11.3 | 59.0 | 116.0 | 107 | 8 | 74.1 | 11.3 | 52.0 | 110.0 | 133 | 5 |
| | 45-54 | 83.8 | 12.0 | 55.0 | 127.0 | 112 | 6 | 79.3 | 9.9 | 53.0 | 112.0 | 143 | 7 |
| | 55-64 | 84.1 | 11.8 | 50.0 | 115.0 | 126 | 13 | 77.4 | 9.8 | 53.0 | 110.0 | 144 | 8 |
| | 65-74 | 79.3 | 11.4 | 53.0 | 111.0 | 130 | 12 | 77.0 | 10.2 | 54.0 | 118.0 | 137 | 9 |
| | Yht. | 80.6 | 12.2 | 41.0 | 127.0 | 561 | 48 | 75.4 | 10.7 | 39.0 | 118.0 | 688 | 39 |
| Helsinki ja Vantaa | 25-34 | 73.7 | 10.0 | 52.0 | 104.0 | 93 | 8 | 69.9 | 9.8 | 43.0 | 100.0 | 102 | 14 |
| | 35-44 | 81.8 | 9.8 | 61.0 | 107.0 | 98 | 9 | 73.9 | 9.1 | 56.0 | 95.0 | 133 | 8 |
| | 45-54 | 85.0 | 10.2 | 61.0 | 118.0 | 103 | 11 | 79.1 | 9.5 | 55.0 | 103.0 | 129 | 17 |
| | 55-64 | 83.2 | 10.9 | 53.0 | 123.0 | 130 | 10 | 81.3 | 9.2 | 60.0 | 105.0 | 135 | 8 |
| | 65-74 | 79.6 | 10.1 | 55.0 | 115.0 | 129 | 13 | 79.1 | 10.0 | 53.0 | 104.0 | 135 | 9 |
| | Yht. | 80.9 | 10.8 | 52.0 | 123.0 | 553 | 51 | 77.0 | 10.3 | 43.0 | 105.0 | 634 | 56 |
| Oulun lääni | 25-34 | 75.6 | 9.9 | 54.0 | 97.0 | 89 | 8 | 69.4 | 9.5 | 48.0 | 95.0 | 107 | 15 |
| | 35-44 | 83.1 | 12.1 | 40.0 | 115.0 | 115 | 7 | 76.9 | 11.3 | 50.0 | 105.0 | 128 | 11 |
| | 45-54 | 83.6 | 10.3 | 51.0 | 115.0 | 120 | 6 | 79.1 | 9.6 | 60.0 | 105.0 | 140 | 4 |
| | 55-64 | 83.1 | 10.2 | 51.0 | 105.0 | 145 | 8 | 80.1 | 9.1 | 51.0 | 103.0 | 147 | 10 |
| | 65-74 | 80.7 | 11.7 | 57.0 | 117.0 | 144 | 9 | 77.9 | 11.6 | 48.0 | 123.0 | 141 | 14 |
| | Yht. | 81.5 | 11.2 | 40.0 | 117.0 | 613 | 38 | 77.1 | 10.8 | 48.0 | 123.0 | 663 | 54 |
| Kaikki alueet yhteensä (painottamaton) | 25-34 | 74.8 | 10.8 | 41.0 | 109.0 | 434 | 38 | 69.8 | 10.0 | 39.0 | 107.0 | 573 | 64 |
| | 35-44 | 82.1 | 11.5 | 40.0 | 117.0 | 550 | 43 | 75.5 | 10.4 | 47.0 | 110.0 | 643 | 45 |
| | 45-54 | 84.9 | 11.0 | 51.0 | 127.0 | 592 | 45 | 79.4 | 9.9 | 53.0 | 125.0 | 698 | 50 |
| | 55-64 | 84.0 | 10.8 | 50.0 | 123.0 | 663 | 47 | 80.0 | 9.7 | 51.0 | 115.0 | 704 | 44 |
| | 65-74 | 79.8 | 11.2 | 43.0 | 117.0 | 692 | 51 | 78.0 | 11.0 | 40.0 | 123.0 | 700 | 57 |
| | Yht. | 81.5 | 11.6 | 40.0 | 127.0 | 2931 | 224 | 76.8 | 10.8 | 39.0 | 125.0 | 3318 | 260 |
| Kaikki alueet yhteensä (painotettu) | 25-34 | 74.5 | 10.5 | 41.0 | 109.0 | 434 | 38 | 69.7 | 9.9 | 39.0 | 107.0 | 573 | 64 |
| | 35-44 | 82.1 | 11.0 | 40.0 | 117.0 | 550 | 43 | 75.1 | 10.1 | 47.0 | 110.0 | 643 | 45 |
| | 45-54 | 84.8 | 10.7 | 51.0 | 127.0 | 592 | 45 | 79.2 | 9.7 | 53.0 | 125.0 | 698 | 50 |
| | 55-64 | 83.7 | 10.7 | 50.0 | 123.0 | 663 | 47 | 80.4 | 9.4 | 51.0 | 115.0 | 704 | 44 |
| | 65-74 | 79.8 | 10.9 | 43.0 | 117.0 | 692 | 51 | 78.4 | 10.7 | 40.0 | 123.0 | 700 | 57 |
| | Yht. | 81.1 | 11.4 | 40.0 | 127.0 | 2931 | 224 | 76.5 | 10.7 | 39.0 | 125.0 | 3318 | 260 |

Liite 7. Diastolisen verenpaineen jakauma (1. ja 2. mittauksen keskiarvo)

Pohjois-Karjalan maakunta

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|----------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 80 mmHg | 69.8 | 36.9 | 29.5 | 28.2 | 47.2 | 41.1 | 82.1 | 66.7 | 48.9 | 43.3 | 60.1 | 59.6 | 50.8 |
| 80-84 mmHg | 11.5 | 15.3 | 17.8 | 23.7 | 15.3 | 17.0 | 5.7 | 10.1 | 17.8 | 22.7 | 13.3 | 14.2 | 15.5 |
| 85-89 mmHg | 11.5 | 18.9 | 20.9 | 19.1 | 16.7 | 17.7 | 8.1 | 14.7 | 11.9 | 19.1 | 14.7 | 13.9 | 15.7 |
| 90-99 mmHg | 6.3 | 20.7 | 22.5 | 18.3 | 17.4 | 17.5 | 4.1 | 7.0 | 17.8 | 11.3 | 8.4 | 9.8 | 13.5 |
| 100-109 mmHg | 1.0 | 7.2 | 7.8 | 7.6 | 1.4 | 5.1 | .0 | 1.6 | 3.0 | 2.1 | 2.1 | 1.8 | 3.4 |
| 110 mmHg tai enemmän | .0 | .9 | 1.6 | 3.1 | 2.1 | 1.6 | .0 | .0 | .7 | 1.4 | 1.4 | .7 | 1.2 |
| Yhteensä % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| Yhteensä N | 96 | 111 | 129 | 131 | 144 | 611 | 123 | 129 | 135 | 141 | 143 | 671 | 1282 |
| Puuttuvia (N) | 5 | 10 | 10 | 7 | 13 | 45 | 14 | 7 | 13 | 11 | 13 | 58 | 103 |

Pohjois-Savon maakunta

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|----------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 80 mmHg | 64.3 | 40.3 | 26.6 | 33.6 | 55.2 | 42.3 | 80.9 | 65.0 | 47.0 | 45.3 | 47.9 | 55.7 | 49.4 |
| 80-84 mmHg | 17.1 | 15.1 | 18.0 | 13.7 | 14.5 | 15.5 | 9.1 | 13.3 | 25.2 | 16.8 | 21.5 | 17.8 | 16.7 |
| 85-89 mmHg | 5.7 | 19.3 | 17.2 | 19.1 | 15.9 | 16.4 | 4.5 | 11.7 | 12.6 | 19.0 | 16.7 | 13.3 | 14.7 |
| 90-99 mmHg | 10.0 | 19.3 | 24.2 | 24.4 | 11.0 | 18.4 | 4.5 | 9.2 | 13.9 | 17.5 | 12.5 | 11.9 | 15.0 |
| 100-109 mmHg | 2.9 | 3.4 | 12.5 | 9.2 | 3.4 | 6.6 | .9 | .8 | 1.3 | 1.5 | 1.4 | 1.2 | 3.7 |
| 110 mmHg tai enemmän | .0 | 2.5 | 1.6 | .0 | .0 | .8 | .0 | .0 | .0 | .0 | .0 | .0 | .4 |
| Yhteensä % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| Yhteensä N | 70 | 119 | 128 | 131 | 145 | 593 | 110 | 120 | 151 | 137 | 144 | 662 | 1255 |
| Puuttuvia (N) | 8 | 9 | 12 | 9 | 4 | 42 | 11 | 14 | 9 | 7 | 12 | 53 | 95 |

Turku ja Loimaa

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|----------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 80 mmHg | 69.8 | 51.4 | 33.0 | 38.1 | 50.8 | 47.4 | 90.1 | 69.2 | 52.4 | 54.2 | 61.3 | 65.0 | 57.1 |
| 80-84 mmHg | 8.1 | 15.9 | 17.9 | 19.0 | 19.2 | 16.6 | 6.9 | 12.0 | 18.9 | 23.6 | 15.3 | 15.6 | 16.0 |
| 85-89 mmHg | 16.3 | 10.3 | 22.3 | 9.5 | 11.5 | 13.7 | 2.3 | 8.3 | 14.7 | 15.3 | 10.2 | 10.3 | 11.8 |
| 90-99 mmHg | 3.5 | 17.8 | 17.9 | 23.0 | 13.8 | 15.9 | .8 | 9.0 | 11.9 | 4.9 | 11.7 | 7.7 | 11.4 |
| 100-109 mmHg | 2.3 | 2.8 | 6.3 | 7.9 | 3.8 | 4.8 | .0 | .8 | .7 | 1.4 | .7 | .7 | 2.6 |
| 110 mmHg tai enemmän | .0 | 1.9 | 2.7 | 2.4 | .8 | 1.6 | .0 | .8 | 1.4 | .7 | .7 | .7 | 1.1 |
| Yhteensä % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| Yhteensä N | 86 | 107 | 112 | 126 | 130 | 561 | 131 | 133 | 143 | 144 | 137 | 688 | 1249 |
| Puuttuvia (N) | 9 | 8 | 6 | 13 | 12 | 48 | 10 | 5 | 7 | 8 | 9 | 39 | 87 |

Helsinki ja Vantaa

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|----------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 80 mmHg | 72.0 | 40.8 | 28.2 | 33.8 | 54.3 | 45.2 | 84.3 | 74.4 | 53.5 | 39.3 | 51.1 | 59.3 | 52.7 |
| 80-84 mmHg | 14.0 | 19.4 | 16.5 | 19.2 | 15.5 | 17.0 | 5.9 | 11.3 | 18.6 | 24.4 | 20.7 | 16.7 | 16.8 |
| 85-89 mmHg | 5.4 | 16.3 | 24.3 | 19.2 | 17.1 | 16.8 | 5.9 | 9.0 | 14.0 | 17.8 | 11.1 | 11.8 | 14.2 |
| 90-99 mmHg | 7.5 | 20.4 | 23.3 | 23.1 | 10.9 | 17.2 | 2.9 | 5.3 | 10.9 | 17.8 | 14.8 | 10.7 | 13.7 |
| 100-109 mmHg | 1.1 | 3.1 | 6.8 | 2.3 | 1.6 | 2.9 | 1.0 | .0 | 3.1 | .7 | 2.2 | 1.4 | 2.1 |
| 110 mmHg tai enemmän | .0 | .0 | 1.0 | 2.3 | .8 | .9 | .0 | .0 | .0 | .0 | .0 | .0 | .4 |
| Yhteensä % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| Yhteensä N | 93 | 98 | 103 | 130 | 129 | 553 | 102 | 133 | 129 | 135 | 135 | 634 | 1187 |
| Puuttuvia (N) | 8 | 9 | 11 | 10 | 13 | 51 | 14 | 8 | 17 | 8 | 9 | 56 | 107 |

Oulun lääni

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|----------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 80 mmHg | 61.8 | 42.6 | 34.2 | 38.6 | 45.1 | 43.4 | 88.8 | 61.7 | 50.7 | 47.6 | 56.0 | 59.4 | 51.7 |
| 80-84 mmHg | 22.5 | 8.7 | 21.7 | 17.2 | 22.2 | 18.4 | 2.8 | 13.3 | 17.1 | 23.1 | 18.4 | 15.7 | 17.0 |
| 85-89 mmHg | 7.9 | 14.8 | 15.8 | 19.3 | 13.9 | 14.8 | 4.7 | 10.2 | 20.0 | 13.6 | 10.6 | 12.2 | 13.5 |
| 90-99 mmg | 7.9 | 27.0 | 20.8 | 20.7 | 11.8 | 17.9 | 3.7 | 11.7 | 9.3 | 13.6 | 13.5 | 10.7 | 14.2 |
| 100-109 mmHg | .0 | 6.1 | 6.7 | 4.1 | 4.9 | 4.6 | .0 | 3.1 | 2.9 | 2.0 | .7 | 1.8 | 3.1 |
| 110 mmHg tai enemmän | .0 | .9 | .8 | .0 | 2.1 | .8 | .0 | .0 | .0 | .0 | .7 | .2 | .5 |
| Yhteensä % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| Yhteensä N | 89 | 115 | 120 | 145 | 144 | 613 | 107 | 128 | 140 | 147 | 141 | 663 | 1276 |
| Puuttuvia (N) | 8 | 7 | 6 | 8 | 9 | 38 | 15 | 11 | 4 | 10 | 14 | 54 | 92 |

Kaikki alueet yhteensä (painottamaton)

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|----------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 80 mmHg | 67.7 | 42.4 | 30.2 | 34.5 | 50.4 | 43.8 | 85.3 | 67.5 | 50.4 | 46.0 | 55.3 | 59.9 | 52.3 |
| 80-84 mmHg | 14.5 | 14.7 | 18.4 | 18.6 | 17.3 | 16.9 | 6.1 | 12.0 | 19.6 | 22.2 | 17.9 | 16.0 | 16.4 |
| 85-89 mmHg | 9.4 | 16.0 | 19.9 | 17.3 | 15.0 | 15.9 | 5.1 | 10.7 | 14.6 | 16.9 | 12.7 | 12.3 | 14.0 |
| 90-99 mmg | 6.9 | 21.1 | 21.8 | 21.9 | 13.0 | 17.4 | 3.1 | 8.4 | 12.8 | 12.9 | 12.1 | 10.2 | 13.6 |
| 100-109 mmHg | 1.4 | 4.5 | 8.1 | 6.2 | 3.0 | 4.8 | .3 | 1.2 | 2.1 | 1.6 | 1.4 | 1.4 | 3.0 |
| 110 mmHg tai enemmän | .0 | 1.3 | 1.5 | 1.5 | 1.2 | 1.2 | .0 | .2 | .4 | .4 | .6 | .3 | .7 |
| Yhteensä % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| Yhteensä N | 434 | 550 | 592 | 663 | 692 | 2931 | 573 | 643 | 698 | 704 | 700 | 3318 | 6249 |
| Puuttuvia (N) | 38 | 43 | 45 | 47 | 51 | 224 | 64 | 45 | 50 | 44 | 57 | 260 | 484 |

Kaikki alueet yhteensä (painotettu)

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|----------------------|--------|-------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 80 mmHg | 68.4 | 42.1 | 30.1 | 35.0 | 51.1 | 44.9 | 85.4 | 69.2 | 51.4 | 44.1 | 53.7 | 61.2 | 53.1 |
| 80-84 mmHg | 15.4 | 15.3 | 18.3 | 18.4 | 17.4 | 17.0 | 5.7 | 12.0 | 19.1 | 22.9 | 19.1 | 15.5 | 16.2 |
| 85-89 mmHg | 7.8 | 15.9 | 20.6 | 18.1 | 15.5 | 15.5 | 5.2 | 10.0 | 15.2 | 16.8 | 12.0 | 11.9 | 13.6 |
| 90-99 mmg | 7.3 | 21.6 | 22.1 | 22.2 | 12.0 | 17.5 | 3.1 | 7.7 | 11.6 | 14.7 | 13.3 | 9.8 | 13.6 |
| 100-109 mmHg | 1.2 | 4.2 | 7.7 | 4.7 | 2.9 | 4.3 | .5 | 1.0 | 2.5 | 1.3 | 1.6 | 1.4 | 2.8 |
| 110 mmHg tai enemmän | .0 | .9 | 1.3 | 1.5 | 1.1 | .9 | .0 | .1 | .2 | .2 | .4 | .2 | .5 |

Liite 8. Painoindeksin keskiarvo (kg/m²), hajonta, minimi ja maksimi

| | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | |
|--|--------|------|-----|------|------|------|--------|------|-----|------|------|------|-----|
| | Mean | Std | Min | Max | N | Miss | Mean | Std | Min | Max | N | Miss | |
| Pohjois-Karjalan maakunta | 25-34 | 25.9 | 4.2 | 19.0 | 37.7 | 96 | 5 | 24.5 | 4.9 | 17.0 | 50.1 | 125 | 12 |
| | 35-44 | 27.3 | 4.0 | 19.6 | 42.2 | 111 | 10 | 26.7 | 5.9 | 16.6 | 46.7 | 129 | 7 |
| | 45-54 | 27.9 | 5.2 | 16.0 | 63.3 | 130 | 9 | 26.4 | 5.0 | 16.9 | 45.3 | 135 | 13 |
| | 55-64 | 28.5 | 5.0 | 18.2 | 53.0 | 131 | 7 | 28.8 | 6.2 | 17.8 | 51.7 | 141 | 11 |
| | 65-74 | 28.0 | 4.1 | 19.9 | 38.8 | 144 | 13 | 29.2 | 4.5 | 20.3 | 44.5 | 143 | 13 |
| | Yht. | 27.6 | 4.6 | 16.0 | 63.3 | 612 | 44 | 27.2 | 5.6 | 16.6 | 51.7 | 673 | 56 |
| Pohjois-Savon maakunta | 25-34 | 26.8 | 5.0 | 19.7 | 50.2 | 70 | 8 | 25.2 | 5.9 | 18.2 | 52.2 | 110 | 11 |
| | 35-44 | 27.0 | 3.9 | 19.2 | 37.7 | 119 | 9 | 25.7 | 5.2 | 18.7 | 45.2 | 120 | 14 |
| | 45-54 | 27.6 | 4.6 | 19.6 | 48.7 | 128 | 12 | 26.6 | 4.6 | 17.7 | 44.8 | 152 | 8 |
| | 55-64 | 29.1 | 4.5 | 19.2 | 50.8 | 131 | 9 | 27.3 | 5.1 | 18.8 | 49.0 | 137 | 7 |
| | 65-74 | 27.7 | 3.7 | 20.4 | 40.9 | 145 | 4 | 28.8 | 5.3 | 18.8 | 49.4 | 144 | 12 |
| | Yht. | 27.7 | 4.4 | 19.2 | 50.8 | 593 | 42 | 26.8 | 5.3 | 17.7 | 52.2 | 663 | 52 |
| Turku ja Loimaa | 25-34 | 26.0 | 3.8 | 18.0 | 40.8 | 86 | 9 | 24.5 | 4.6 | 17.2 | 44.2 | 131 | 10 |
| | 35-44 | 26.9 | 4.0 | 20.0 | 38.1 | 107 | 8 | 26.5 | 5.7 | 18.5 | 46.1 | 133 | 5 |
| | 45-54 | 27.6 | 4.2 | 19.5 | 45.6 | 112 | 6 | 27.0 | 5.7 | 18.3 | 47.6 | 143 | 7 |
| | 55-64 | 28.8 | 4.7 | 18.8 | 43.8 | 128 | 11 | 27.2 | 5.0 | 19.0 | 47.2 | 144 | 8 |
| | 65-74 | 28.1 | 3.9 | 19.7 | 45.1 | 130 | 12 | 28.2 | 5.1 | 17.9 | 49.6 | 137 | 9 |
| | Yht. | 27.6 | 4.2 | 18.0 | 45.6 | 563 | 46 | 26.7 | 5.4 | 17.2 | 49.6 | 688 | 39 |
| Helsinki ja Vantaa | 25-34 | 25.1 | 3.2 | 16.2 | 32.6 | 93 | 8 | 24.3 | 4.8 | 17.7 | 43.7 | 102 | 14 |
| | 35-44 | 27.1 | 3.6 | 20.5 | 43.3 | 98 | 9 | 24.6 | 4.4 | 16.4 | 44.3 | 133 | 8 |
| | 45-54 | 26.6 | 3.8 | 19.7 | 42.0 | 103 | 11 | 26.7 | 5.3 | 19.5 | 44.0 | 129 | 17 |
| | 55-64 | 27.6 | 3.9 | 18.8 | 41.5 | 130 | 10 | 28.0 | 5.7 | 20.2 | 50.6 | 135 | 8 |
| | 65-74 | 28.1 | 4.2 | 20.9 | 40.8 | 129 | 13 | 27.9 | 5.1 | 19.2 | 47.4 | 135 | 9 |
| | Yht. | 27.0 | 3.9 | 16.2 | 43.3 | 553 | 51 | 26.4 | 5.3 | 16.4 | 50.6 | 634 | 56 |
| Oulun lääni | 25-34 | 25.1 | 3.9 | 17.0 | 39.5 | 89 | 8 | 24.7 | 5.0 | 17.7 | 43.9 | 107 | 15 |
| | 35-44 | 26.7 | 3.6 | 19.8 | 38.9 | 115 | 7 | 26.2 | 5.6 | 17.4 | 53.1 | 129 | 10 |
| | 45-54 | 27.0 | 3.6 | 20.1 | 37.0 | 120 | 6 | 27.3 | 5.7 | 18.1 | 48.7 | 141 | 3 |
| | 55-64 | 27.1 | 3.9 | 17.8 | 39.5 | 145 | 8 | 28.3 | 5.0 | 20.2 | 43.9 | 147 | 10 |
| | 65-74 | 27.9 | 3.4 | 20.6 | 41.1 | 144 | 9 | 28.6 | 4.9 | 19.5 | 42.7 | 141 | 14 |
| | Yht. | 26.9 | 3.7 | 17.0 | 41.1 | 613 | 38 | 27.2 | 5.4 | 17.4 | 53.1 | 665 | 52 |
| Kaikki alueet yhteensä (painottamaton) | 25-34 | 25.7 | 4.0 | 16.2 | 50.2 | 434 | 38 | 24.6 | 5.1 | 17.0 | 52.2 | 575 | 62 |
| | 35-44 | 27.0 | 3.8 | 19.2 | 43.3 | 550 | 43 | 25.9 | 5.4 | 16.4 | 53.1 | 644 | 44 |
| | 45-54 | 27.4 | 4.4 | 16.0 | 63.3 | 593 | 44 | 26.8 | 5.3 | 16.9 | 48.7 | 700 | 48 |
| | 55-64 | 28.2 | 4.5 | 17.8 | 53.0 | 665 | 45 | 27.9 | 5.5 | 17.8 | 51.7 | 704 | 44 |
| | 65-74 | 28.0 | 3.8 | 19.7 | 45.1 | 692 | 51 | 28.5 | 5.0 | 17.9 | 49.6 | 700 | 57 |
| | Yht. | 27.4 | 4.2 | 16.0 | 63.3 | 2934 | 221 | 26.9 | 5.4 | 16.4 | 53.1 | 3323 | 255 |
| Kaikki alueet yhteensä (painotettu) | 25-34 | 25.4 | 3.8 | 16.2 | 50.2 | 434 | 38 | 24.6 | 5.0 | 17.0 | 52.2 | 575 | 62 |
| | 35-44 | 27.0 | 3.7 | 19.2 | 43.3 | 550 | 43 | 25.5 | 5.1 | 16.4 | 53.1 | 644 | 44 |
| | 45-54 | 27.1 | 4.1 | 16.0 | 63.3 | 593 | 44 | 26.8 | 5.3 | 16.9 | 48.7 | 700 | 48 |
| | 55-64 | 27.9 | 4.2 | 17.8 | 53.0 | 665 | 45 | 28.0 | 5.5 | 17.8 | 51.7 | 704 | 44 |
| | 65-74 | 28.0 | 3.9 | 19.7 | 45.1 | 692 | 51 | 28.3 | 5.0 | 17.9 | 49.6 | 700 | 57 |
| | Yht. | 27.0 | 4.1 | 16.0 | 63.3 | 2934 | 221 | 26.5 | 5.4 | 16.4 | 53.1 | 3323 | 255 |

Liite 9. Painoindexin jakauma

Pohjois-Karjalan maakunta

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|-------------------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 18.50 kg/m ² | .0 | .0 | .8 | .8 | .0 | .3 | 2.4 | 1.6 | 1.5 | .7 | .0 | 1.2 | .8 |
| 18.50-24.99 kg/m ² | 46.9 | 30.6 | 27.7 | 21.4 | 18.8 | 27.8 | 64.8 | 46.5 | 44.4 | 25.5 | 20.3 | 39.5 | 33.9 |
| 25.00-29.99 kg/m ² | 33.3 | 44.1 | 48.5 | 51.1 | 52.1 | 46.7 | 23.2 | 31.8 | 32.6 | 39.0 | 39.9 | 33.6 | 39.8 |
| 30.00 kg/m ² tai enemmän | 19.8 | 25.2 | 23.1 | 26.7 | 29.2 | 25.2 | 9.6 | 20.2 | 21.5 | 34.8 | 39.9 | 25.7 | 25.4 |
| Yhteensä % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| Yhteensä N | 96 | 111 | 130 | 131 | 144 | 612 | 125 | 129 | 135 | 141 | 143 | 673 | 1285 |
| Puuttuvia (N) | 5 | 10 | 9 | 7 | 13 | 44 | 12 | 7 | 13 | 11 | 13 | 56 | 100 |

Pohjois-Savon maakunta

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|-------------------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 18.50 kg/m ² | .0 | .0 | .0 | .0 | .0 | .0 | 1.8 | .0 | .7 | .0 | .0 | .5 | .2 |
| 18.50-24.99 kg/m ² | 38.6 | 34.5 | 32.8 | 11.5 | 19.3 | 25.8 | 59.1 | 52.5 | 42.1 | 35.8 | 20.1 | 40.7 | 33.7 |
| 25.00-29.99 kg/m ² | 44.3 | 46.2 | 42.2 | 53.4 | 60.0 | 50.1 | 20.9 | 30.0 | 34.9 | 40.9 | 46.5 | 35.4 | 42.4 |
| 30.00 kg/m ² tai enemmän | 17.1 | 19.3 | 25.0 | 35.1 | 20.7 | 24.1 | 18.2 | 17.5 | 22.4 | 23.4 | 33.3 | 23.4 | 23.7 |
| Yhteensä % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| Yhteensä N | 70 | 119 | 128 | 131 | 145 | 593 | 110 | 120 | 152 | 137 | 144 | 663 | 1256 |
| Puuttuvia (N) | 8 | 9 | 12 | 9 | 4 | 42 | 11 | 14 | 8 | 7 | 12 | 52 | 94 |

Turku ja Loimaa

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|-------------------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 18.50 kg/m ² | 1.2 | .0 | .0 | .0 | .0 | .2 | 3.8 | .0 | 1.4 | .0 | .7 | 1.2 | .7 |
| 18.50-24.99 kg/m ² | 46.5 | 30.8 | 25.9 | 18.0 | 21.5 | 27.2 | 60.3 | 48.9 | 40.6 | 36.8 | 27.0 | 42.4 | 35.6 |
| 25.00-29.99 kg/m ² | 39.5 | 52.3 | 50.9 | 50.8 | 51.5 | 49.6 | 23.7 | 31.6 | 32.9 | 41.0 | 42.3 | 34.4 | 41.2 |
| 30.00 kg/m ² tai enemmän | 12.8 | 16.8 | 23.2 | 31.3 | 26.9 | 23.1 | 12.2 | 19.5 | 25.2 | 22.2 | 29.9 | 21.9 | 22.5 |
| Yhteensä % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| Yhteensä N | 86 | 107 | 112 | 128 | 130 | 563 | 131 | 133 | 143 | 144 | 137 | 688 | 1251 |
| Puuttuvia (N) | 9 | 8 | 6 | 11 | 12 | 46 | 10 | 5 | 7 | 8 | 9 | 39 | 85 |

Helsinki ja Vantaa

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|-------------------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 18.50 kg/m ² | 1.1 | .0 | .0 | .0 | .0 | .2 | 3.9 | 2.3 | .0 | .0 | .0 | 1.1 | .7 |
| 18.50-24.99 kg/m ² | 59.1 | 27.6 | 37.9 | 28.5 | 22.5 | 33.8 | 66.7 | 61.7 | 48.1 | 37.0 | 34.8 | 48.7 | 41.8 |
| 25.00-29.99 kg/m ² | 29.0 | 56.1 | 46.6 | 47.7 | 52.7 | 47.0 | 19.6 | 26.3 | 32.6 | 34.8 | 36.3 | 30.4 | 38.2 |
| 30.00 kg/m ² tai enemmän | 10.8 | 16.3 | 15.5 | 23.8 | 24.8 | 19.0 | 9.8 | 9.8 | 19.4 | 28.1 | 28.9 | 19.7 | 19.4 |
| Yhteensä % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| Yhteensä N | 93 | 98 | 103 | 130 | 129 | 553 | 102 | 133 | 129 | 135 | 135 | 634 | 1187 |
| Puuttuvia (N) | 8 | 9 | 11 | 10 | 13 | 51 | 14 | 8 | 17 | 8 | 9 | 56 | 107 |

Oulun lääni

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | | Yht. |
|-------------------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | |
| Alle 18.50 kg/m ² | 2.2 | .0 | .0 | .7 | .0 | .5 | 1.9 | .8 | .7 | .0 | .0 | .6 | .5 |
| 18.50-24.99 kg/m ² | 50.6 | 30.4 | 34.2 | 32.4 | 18.1 | 31.6 | 64.5 | 52.7 | 37.6 | 31.3 | 24.8 | 40.8 | 36.4 |
| 25.00-29.99 kg/m ² | 37.1 | 55.7 | 44.2 | 46.9 | 56.9 | 48.9 | 24.3 | 28.7 | 34.8 | 34.7 | 36.9 | 32.3 | 40.3 |
| 30.00 kg/m ² tai enemmän | 10.1 | 13.9 | 21.7 | 20.0 | 25.0 | 18.9 | 9.3 | 17.8 | 27.0 | 34.0 | 38.3 | 26.3 | 22.8 |
| Yhteensä % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| Yhteensä N | 89 | 115 | 120 | 145 | 144 | 613 | 107 | 129 | 141 | 147 | 141 | 665 | 1278 |
| Puuttuvia (N) | 8 | 7 | 6 | 8 | 9 | 38 | 15 | 10 | 3 | 10 | 14 | 52 | 90 |

Kaikki alueet yhteensä (painottamaton)

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | Yht. | |
|-------------------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | Yht. |
| Alle 18.50 kg/m ² | .9 | .0 | .2 | .3 | .0 | .2 | 2.8 | .9 | .9 | .1 | .1 | .9 | .6 |
| 18.50-24.99 kg/m ² | 48.8 | 30.9 | 31.5 | 22.6 | 19.9 | 29.2 | 63.0 | 52.5 | 42.4 | 33.2 | 25.3 | 42.4 | 36.2 |
| 25.00-29.99 kg/m ² | 36.2 | 50.7 | 46.4 | 49.9 | 54.8 | 48.5 | 22.4 | 29.7 | 33.6 | 38.1 | 40.4 | 33.3 | 40.4 |
| 30.00 kg/m ² tai enemmän | 14.1 | 18.4 | 21.9 | 27.2 | 25.3 | 22.1 | 11.8 | 16.9 | 23.1 | 28.6 | 34.1 | 23.4 | 22.8 |
| Yhteensä | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| N | 434 | 550 | 593 | 665 | 692 | 2934 | 575 | 644 | 700 | 704 | 700 | 3323 | 6257 |
| Puuttuvia (N) | 38 | 43 | 44 | 45 | 51 | 221 | 62 | 44 | 48 | 44 | 57 | 255 | 476 |

Kaikki alueet yhteensä (painotettu)

| Ikäryhmä | Miehet | | | | | | Naiset | | | | | Yht. | |
|-------------------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | Yht. | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | Yht. |
| Alle 18.50 kg/m ² | 1.1 | .0 | .1 | .2 | .0 | .3 | 3.0 | 1.3 | .5 | .1 | .1 | 1.1 | .7 |
| 18.50-24.99 kg/m ² | 52.4 | 30.0 | 33.8 | 25.5 | 20.5 | 33.8 | 64.2 | 55.9 | 43.6 | 34.5 | 28.4 | 46.5 | 40.2 |
| 25.00-29.99 kg/m ² | 34.1 | 53.0 | 46.0 | 48.9 | 54.6 | 46.6 | 21.7 | 28.3 | 33.4 | 36.6 | 38.8 | 31.3 | 38.8 |
| 30.00 kg/m ² tai enemmän | 12.4 | 17.0 | 20.1 | 25.4 | 24.9 | 19.3 | 11.1 | 14.5 | 22.4 | 28.8 | 32.7 | 21.1 | 20.2 |

Liite 10. Tupakoivien prosenttiosuus

Pohjois-Karjalan maakunta

| | Ikäryhmä | Miehet | | | | | Yht. | Naiset | | | | | Yht. | |
|-------------------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | |
| Ei ole koskaan tupakoinut | | 49.5 | 46.3 | 40.3 | 39.9 | 41.6 | 43.0 | 57.7 | 59.3 | 60.5 | 65.8 | 79.4 | 64.9 | 54.5 |
| Lopettanut yli puoli vuotta sitten | | 7.9 | 20.7 | 23.7 | 37.7 | 46.8 | 29.1 | 16.1 | 19.3 | 19.7 | 23.0 | 14.2 | 18.5 | 23.5 |
| Lopettanut alle puoli vuotta sitten | | 4.0 | 3.3 | 2.9 | 1.4 | .6 | 2.3 | 5.8 | 1.5 | 1.4 | .7 | .6 | 1.9 | 2.1 |
| Tupakoi | | 38.6 | 29.8 | 33.1 | 21.0 | 11.0 | 25.6 | 20.4 | 20.0 | 18.4 | 10.5 | 5.8 | 14.7 | 19.9 |
| Yhteensä | % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| | N | 101 | 121 | 139 | 138 | 154 | 653 | 137 | 135 | 147 | 152 | 155 | 726 | 1379 |
| Puuttuvia (N) | | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 | 3 | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 | 3 | 6 |

Pohjois-Savon maakunta

| | Ikäryhmä | Miehet | | | | | Yht. | Naiset | | | | | Yht. | |
|-------------------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | |
| Ei ole koskaan tupakoinut | | 43.6 | 53.2 | 49.3 | 31.9 | 35.6 | 42.4 | 63.6 | 49.6 | 52.5 | 66.0 | 82.7 | 63.2 | 53.4 |
| Lopettanut yli puoli vuotta sitten | | 6.4 | 18.3 | 23.6 | 39.9 | 47.9 | 29.6 | 13.2 | 24.8 | 26.6 | 18.1 | 12.2 | 19.1 | 24.0 |
| Lopettanut alle puoli vuotta sitten | | 5.1 | 1.6 | 2.1 | 3.6 | .7 | 2.4 | 1.7 | 1.5 | 1.3 | .0 | .6 | 1.0 | 1.6 |
| Tupakoi | | 44.9 | 27.0 | 25.0 | 24.6 | 15.8 | 25.6 | 21.5 | 24.1 | 19.6 | 16.0 | 4.5 | 16.7 | 20.9 |
| Yhteensä | % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| | N | 78 | 126 | 140 | 138 | 146 | 628 | 121 | 133 | 158 | 144 | 156 | 712 | 1340 |
| Puuttuvia (N) | | 0 | 2 | 0 | 2 | 3 | 7 | 0 | 1 | 2 | 0 | 0 | 3 | 10 |

Turku ja Loimaa

| | Ikäryhmä | Miehet | | | | | Yht. | Naiset | | | | | Yht. | |
|-------------------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | |
| Ei ole koskaan tupakoinut | | 58.5 | 46.4 | 44.1 | 33.1 | 38.1 | 42.9 | 60.7 | 65.0 | 59.3 | 72.2 | 76.4 | 66.8 | 55.9 |
| Lopettanut yli puoli vuotta sitten | | 5.3 | 13.4 | 27.1 | 42.4 | 49.6 | 29.9 | 13.6 | 10.9 | 22.0 | 15.9 | 11.1 | 14.8 | 21.7 |
| Lopettanut alle puoli vuotta sitten | | 4.3 | 2.7 | 3.4 | .7 | .0 | 2.0 | 2.1 | 3.6 | 1.3 | .0 | 1.4 | 1.7 | 1.8 |
| Tupakoi | | 31.9 | 37.5 | 25.4 | 23.7 | 12.2 | 25.2 | 23.6 | 20.4 | 17.3 | 11.9 | 11.1 | 16.8 | 20.6 |
| Yhteensä | % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| | N | 94 | 112 | 118 | 139 | 139 | 602 | 140 | 137 | 150 | 151 | 144 | 722 | 1324 |
| Puuttuvia (N) | | 1 | 3 | 0 | 0 | 3 | 7 | 1 | 1 | 0 | 1 | 2 | 5 | 12 |

Helsinki ja Vantaa

| | Ikäryhmä | Miehet | | | | | Yht. | Naiset | | | | | Yht. | |
|-------------------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | |
| Ei ole koskaan tupakoinut | | 16.8 | 12.1 | 22.8 | 34.3 | 43.6 | 27.4 | 6.0 | 17.1 | 20.5 | 26.1 | 21.1 | 18.7 | 22.7 |
| Lopettanut yli puoli vuotta sitten | | 7.9 | 6.5 | .9 | 2.1 | 1.4 | 3.5 | 3.4 | 4.3 | 2.1 | 2.1 | 1.4 | 2.6 | 3.0 |
| Lopettanut alle puoli vuotta sitten | | 24.8 | 35.5 | 32.5 | 24.3 | 16.4 | 26.1 | 26.7 | 20.7 | 30.1 | 16.2 | 10.6 | 20.7 | 23.2 |
| Yhteensä | % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| | N | 101 | 107 | 114 | 140 | 140 | 602 | 116 | 140 | 146 | 142 | 142 | 686 | 1288 |
| Puuttuvia (N) | | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 2 | 0 | 1 | 0 | 1 | 2 | 4 | 6 |

Oulun lääni

| | Ikäryhmä | Miehet | | | | | Yht. | Naiset | | | | | Yht. | |
|-------------------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | |
| Ei ole koskaan tupakoinut | | 44.3 | 48.8 | 47.6 | 36.8 | 35.8 | 42.0 | 57.4 | 59.7 | 57.3 | 64.5 | 80.0 | 64.3 | 53.7 |
| Lopettanut yli puoli vuotta sitten | | 12.4 | 14.9 | 27.8 | 40.8 | 52.3 | 31.8 | 13.9 | 15.8 | 16.1 | 21.9 | 11.0 | 15.8 | 23.4 |
| Lopettanut alle puoli vuotta sitten | | 2.1 | 5.0 | 2.4 | 2.0 | .7 | 2.3 | 2.5 | 3.6 | 2.8 | .6 | .0 | 1.8 | 2.1 |
| Tupakoi | | 41.2 | 31.4 | 22.2 | 20.4 | 11.3 | 23.8 | 26.2 | 20.9 | 23.8 | 12.9 | 9.0 | 18.1 | 20.8 |
| Yhteensä | % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| | N | 97 | 121 | 126 | 152 | 151 | 647 | 122 | 139 | 143 | 155 | 155 | 714 | 1361 |
| Puuttuvia (N) | | 0 | 1 | 0 | 1 | 2 | 4 | 0 | 0 | 1 | 2 | 0 | 3 | 7 |

Lapin lääni

| | Ikäryhmä | Miehet | | | | | Yht. | Naiset | | | | | Yht. | |
|-------------------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | |
| Ei ole koskaan tupakoinut | | 47.3 | 47.5 | 31.5 | 34.4 | 42.8 | 40.2 | 52.1 | 51.3 | 45.5 | 51.7 | 78.9 | 56.2 | 48.8 |
| Lopettanut yli puoli vuotta sitten | | 11.0 | 17.2 | 29.7 | 37.5 | 36.2 | 27.9 | 21.0 | 18.6 | 21.7 | 26.5 | 17.6 | 21.2 | 24.3 |
| Lopettanut alle puoli vuotta sitten | | 4.4 | 6.1 | .9 | 2.3 | 1.4 | 2.8 | 4.2 | .9 | 2.1 | .7 | .0 | 1.5 | 2.1 |
| Tupakoi | | 37.4 | 29.3 | 37.8 | 25.8 | 19.6 | 29.1 | 22.7 | 29.2 | 30.8 | 21.1 | 3.5 | 21.1 | 24.8 |
| Yhteensä | % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| | N | 91 | 99 | 111 | 128 | 138 | 567 | 119 | 113 | 143 | 147 | 142 | 664 | 1231 |
| Puuttuvia (N) | | 1 | 0 | 2 | 3 | 12 | 18 | 0 | 0 | 0 | 3 | 8 | 11 | 29 |

Kaikki alueet yhteensä (painottamaton)

| | Ikäryhmä | Miehet | | | | | Yht. | Naiset | | | | | Yht. | |
|-------------------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | |
| Ei ole koskaan tupakoinut | | 49.1 | 48.1 | 43.0 | 35.9 | 38.7 | 42.3 | 59.2 | 57.3 | 53.8 | 62.7 | 77.5 | 62.3 | 53.0 |
| Lopettanut yli puoli vuotta sitten | | 10.1 | 16.2 | 25.7 | 38.8 | 46.2 | 29.3 | 14.0 | 17.7 | 21.2 | 21.9 | 14.4 | 18.0 | 23.3 |
| Lopettanut alle puoli vuotta sitten | | 4.6 | 4.1 | 2.1 | 2.0 | .8 | 2.5 | 3.3 | 2.6 | 1.8 | .7 | .7 | 1.8 | 2.1 |
| Tupakoi | | 36.1 | 31.6 | 29.1 | 23.2 | 14.3 | 25.8 | 23.4 | 22.3 | 23.2 | 14.7 | 7.4 | 17.9 | 21.6 |
| Yhteensä | % | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| | N | 562 | 686 | 748 | 835 | 868 | 3699 | 755 | 797 | 887 | 891 | 894 | 4224 | 7923 |
| Puuttuvia (N) | | 2 | 6 | 2 | 6 | 25 | 41 | 1 | 4 | 4 | 7 | 13 | 29 | 70 |

Kaikki alueet yhteensä (painotettu)

| | Ikäryhmä | Miehet | | | | | Yht. | Naiset | | | | | Yht. | |
|-------------------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | 25-34 | 35-44 | 45-54 | 55-64 | 65-74 | | |
| Ei ole koskaan tupakoinut | | 48.9 | 47.7 | 43.9 | 36.8 | 38.2 | 43.7 | 60.5 | 57.6 | 52.0 | 60.9 | 74.7 | 60.3 | 52.1 |
| Lopettanut yli puoli vuotta sitten | | 12.4 | 14.9 | 25.2 | 37.8 | 46.2 | 25.2 | 11.6 | 17.4 | 20.6 | 23.0 | 16.0 | 17.6 | 21.4 |
| Lopettanut alle puoli vuotta sitten | | 5.3 | 4.8 | 1.8 | 2.1 | 1.0 | 3.3 | 3.2 | 3.3 | 2.0 | 1.1 | .8 | 2.1 | 2.7 |
| Tupakoi | | 33.4 | 32.6 | 29.1 | 23.3 | 14.6 | 27.8 | 24.7 | 21.7 | 25.4 | 15.0 | 8.5 | 19.9 | 23.8 |

Liite 11. FINRISKI 2007 -tutkimuksen suunnittelutyöryhmät.

Johtoryhmä

Erkki Vartiainen, pj
Pekka Jousilahti
Anne Juolevi
Tiina Laatikainen
Aulikki Nissinen
Markku Peltonen
Markus Perola
Pirjo Pietinen
Liisa Saarikoski
Veikko Salomaa
Jouko Sundvall

Otos, tutkimusasetelma ja kenttätöön suunnittelu

Erkki Vartiainen, pj
Anne Juolevi
Kari Kuulasmaa
Tiina Laatikainen
Markku Peltonen
Pirjo Pietinen
Veikko Salomaa
Jouko Sundvall

Laboratorio

Jouko Sundvall, pj
Georg Alfthan
Anne Juolevi
Eija Könönen
Jukka Lauronen
Jukka Marniemi
Markku Peltonen
Markus Perola
Laura Råman
Liisa Saarikoski
Juha Saharinen
Irma Salminen
Veikko Salomaa
Outi Törnwall
Liisa Valsta

Kohortti

Veikko Salomaa, pj
Johan Eriksson
Pekka Jousilahti
Tiina Laatikainen
Markku Peltonen
Markus Perola
Erkki Vartiainen

Diabetes

Markku Peltonen, pj
Johan Eriksson
Jaana Lindström
Antti Reunanen
Liisa Saarikoski
Kaisa Silander
Jaakko Tuomilehto
Timo Valle
Liisa Valsta

Kliiniset mittaukset

Erkki Vartiainen, pj
Erkki Alanen
Antti Jula
Anna Kattainen
Tiina Laatikainen
Aulikki Nissinen
Markku Peltonen
Liisa Saarikoski
Veikko Salomaa
Hanna Tolonen

Tietohallinta

Anne Juolevi, pj
Ossi Bister
Jaason Haapakoski
Jukka Lauronen
Mikko Nissinen
Heikki Pakkala
Markku Peltonen
Eija Purkamo
Liisa Saarikoski
Matti Sarjakoski

Ravitsemus

Pirjo Pietinen, pj
Tero Hirvonen
Tommi Korhonen
Liisa Korkalo
Satu Männistö
Marja-Leena Ovaskainen
Heikki Pakkala
Merja Paturi
Markku Peltonen
Heli Reinivuo
Heli Tapanainen
Liisa Valsta

Elintavat

Ritva Prättälä, pj
Katja Borodulin
Hannu Alho
Mikael Fogelholm
Ari Haukkala
Pekka Jousilahti
Erkki Kronholm
Tiina Laatikainen
Timo Lakka
Marja-Leena Ovaskainen
Timo Partonen
Kari Poikolainen
Kristiina Patja
Markku Peltonen
Pirjo Pietinen
Liisa Valsta

Toimintakyky- ja tapaturmat

Seppo Koskinen ja Mariitta Vaara, pj
Marko Elovainio
Tuija Martelin
Tarja Nieminen
Markku Peltonen
Päivi Sainio
Sanna Sihvonen

Mielenterveys ja psykologiset tekijät

Timo Partonen, pj
Anna-Mari Aalto
Arja Aro
Marko Elovainio
Annamari Tuulio-Henriksson
Ari Haukkala
Markku Peltonen

FINRISKI 2007

KANSALLINEN TERVEYSTUTKIMUS

KYSELYLOMAKE

Tämä lomake otetaan täytettynä mukaan tutkimuspaikalle.

OHJEET VASTAAJALLE

Kysymyksiin vastataan ympyröimällä sopivan vaihtoehdon kohdalla oleva numero tai kirjoittamalla kysytty tieto sitä varten varattuun tilaan.

Luekaa kysymys huolellisesti ennen vastaamista. Kunkin kysymyksen kohdalla valitaan vain yksi, parhaiten sopiva vaihtoehto.

- ESIMERKKI 1. Mikä on nykyinen siviilisäätynne?
- 1 naimisissa
 - 2 avoliitossa
 - 3 naimaton
 - 4 asumuserossa tai eronnut
 - 5 leski

Pyydämme vastaamaan kaikkiin kysymyksiin - myös kieltävä vastaus on merkittävä näkyviin joko ympyröimällä vaihtoehto "ei" tai merkitsemällä "0" vastaukselle varattuun tilaan.

- ESIMERKKI 2. Onko Teillä viimeksi kuluneen vuoden (12 kk) aikana ollut mitään seuraavia lääkärin toteamia tai hoitamia sairauksia?
- | | ei | kyllä |
|------------------|------------------------------------|------------------------------------|
| Nivelreuma | <input checked="" type="radio"/> 1 | <input type="radio"/> 2 |
| Muu nivelsairaus | <input type="radio"/> 1 | <input checked="" type="radio"/> 2 |

- ESIMERKKI 3. Kuinka moni taloutenne jäsenistä on
- alle 7 vuotta | | 1
- 7 - 16 vuotta | | 0
- (Merkitkää 0 jos ei yksikään.)

Joissakin kysymyksissä on tiettyjen vaihtoehtojen jälkeen merkintä: "Siirtykää kysymykseen ...", jolloin voitte siirtyä suoraan tähän kysymykseen ja jättää väliin jäävät vastaamatta.

Mikäli koette johonkin kysymykseen vastaamisen vaikeaksi, voitte kysyä neuvoa ja täydentää vastauksianne tutkimuspaikalla.

Pyydämme noudattamaan tarkasti täyttöohjeita ja välttämään kaikkia ylimääräisiä merkintöjä.

KYSELYLOMAKE

1. **Sukupuoli**
1 mies
2 nainen
2. **Kuinka monta lasta teillä on** (mukaan lukien adoptiolapset, sijaisvanhemmuus ja muut "ei biologiset" lapset)?
 (Merkitkää 0, jos ei yhtään.)
3. **Mikä on nykyinen siviilisäätyenne?**
1 naimisissa
2 avoliitossa
3 naimaton
4 asumuserossa tai eronnut
5 leski
4. **Mikä on koulutuksenne?**
Merkitkää ylin suorittamanne koulutus.
1 kansakoulu tai peruskoulu
2 keskikoulu
3 ammattikoulu tai vastaava
4 lukio
5 opistotutkinto
6 ammattikorkeakoulututkinto
7 akateeminen tutkinto
5. **Kuinka monta vuotta olette yhteensä käynyt koulua ja opiskellut päätoimisesti?**
Kansakoulu tai peruskoulu lasketaan mukaan.
 vuotta
6. **Entä puolisonne tai avopuolisonne? Kuinka monta vuotta hän on yhteensä käynyt koulua ja opiskellut päätoimisesti?**
Kansakoulu tai peruskoulu lasketaan mukaan.
1 vuotta
2 minulla ei ole puolisoa
7. **Kuinka monta jäsentä kuuluu tällä hetkellä taloutenne eli ruokakuntaanne?**
 jäsentä
8. **Kuinka moni taloutenne jäsenistä on**
alle 7 vuotta
7 - 16 vuotta
(Merkitkää 0 jos ei yksikään.)
9. **Minkälaista työtä teette suurimman osan vuodesta?**
1 maanviljelys, karjanhoito, metsätyö, emäntä
2 tehdas-, kaivos-, rakennus- tai muu vastaava työ
3 toimistotyö, palvelutyö (hoitaja, myyjä tms. työ), henkinen työ (suunnittelu-, johto-, asiantuntija- yms. tehtävät)
4 opiskelu tai koulunkäynti
5 kotirouva, kotiäiti, perheenemäntä
6 eläkeläinen
7 työtön
10. **Mikä on ammattinne?** (Jos olette tällä hetkellä eläkkeellä tai työttömänä, merkitkää ammatti, jossa viimeksi työskentelitte.)

11. **Mikä on tämänhetkinen työtilanteenne?**
1 vakituisessa kokopäivätyössä
2 vakituisessa osa-aikatyössä
3 määräaikaisessa kokopäivätyössä
4 määräaikaisessa osa-aikatyössä
5 itsenäisenä ammatinharjoittajana/yrittäjänä
6 päätoimisena opiskelijana
7 olen ollut työttömänä alle ½ vuotta
8 olen ollut työttömänä ½ -1 vuotta
9 olen ollut työttömänä yli vuoden
10 olen lomautettu tai lyhennetyllä työviikolla
11 olen äitiys-/isyyslomalla tai hoitovapaalla
12 olen eläkeläinen
13 työvoimapolitiisella tuella koulutuksessa tai työllistettynä
14 muusta syystä työelämän ulkopuolella
12. **Kuinka suuret olivat taloutenne (ruokakuntanne) kokonaistulot viime vuonna** (veroja vähentämättä)?
1 alle 10000 €
2 10001 - 20000 €
3 20001 - 30000 €
4 30001 - 40000 €
5 40001 - 50000 €
6 50001 - 60000 €
7 60001 - 70000 €
8 70001 - 80000 €
9 yli 80000 €
13. **Mikä oli kotikuntanne syntyessänne** (tai lääni, jos ette tiedä kuntaa):

14. **Mikä on äitinne syntymäkunta**
(tai lääni, jos ette tiedä kuntaa):

15. **Mikä on isänne syntymäkunta**
(tai lääni, jos ette tiedä kuntaa):

TERVEYSPALVELUJEN KÄYTTÖ

16. **Montako kertaa viimeksi kuluneen vuoden (12 kk) aikana olette käynyt lääkärin vastaanotolla?**

Ei koske hammaslääkärissä käyntiä.
(Merkitkää 0, jos ette ole käynyt kertaakaan.)

kertaa

17. **Montako kertaa viimeksi kuluneen vuoden (12 kk) aikana olette käynyt terveydenhoitajan, sairaanhoitajan, tai työterveys-
hoitajan vastaanotolla tai terveydenhoitaja on käynyt Teillä kotikäynnillä?**
(Merkitkää 0, jos ei kertaakaan.)

kertaa

18. **Kuinka monta päivää olette olleet sairaalahoitossa viimeksi kuluneen vuoden (12 kk) aikana?** (Jos ette yhtään, vastatkaa 0.)

päivää

19. **Kuinka monta kokonaista päivää olitte viimeksi kuluneen vuoden (12 kk) aikana sairauden takia poissa töistä tai hoitamatta tavallisia tehtäviänne?**
(Jos ette yhtään, vastatkaa 0.)

päivää

20. **Saatteko jonkin sairauden tai vamman vuoksi työkyvyttömyyseläkettä?**

- 1 en
- 2 kyllä, osaeläke
- 3 kyllä, määräaikainen eläke
- 4 kyllä, pysyvä eläke

21. **Milloin olette viimeksi olleet terveystarkastuksessa tai lääkärintarkastuksessa, jonka syynä eivät olleet oireet tai sairaus**
(esim. lakisääteinen työpaikatarkastus, ajokorttitarkastus, neuvolatarkastus)?

- 1 viimeksi kuluneen ½ vuoden aikana
- 2 ½ vuotta - 1 vuotta sitten
- 3 1 vuotta - 5 vuotta sitten
- 4 yli 5 vuotta sitten
- 5 en koskaan

TERVEYDENTILA

22. **Oletteko sairastanut lääkärin toteaman sydäninfarktin eli sydänveritulpan?**

- 1 en
- 2 kyllä, minä vuonna viimeksi:

vuonna

23. **Oletteko sairastanut lääkärin toteaman aivohalvauksen, aivoverenvuodon tai aivoverisuonitukoksen?**

- 1 en
- 2 kyllä, minä vuonna viimeksi:

vuonna

24. **Onko teille koskaan tehty sepelvaltimon (sydän) ohitusleikkausta?**

- 1 ei
- 2 kyllä, minä vuonna viimeksi:

vuonna

25. **Onko teille koskaan tehty sepelvaltimon (sydän) pallolaajennusta?**

- 1 ei
- 2 kyllä, minä vuonna viimeksi:

vuonna

26. **Onko Teillä viimeksi kuluneen vuoden (12 kk) aikana ollut mitään seuraavia lääkärin toteamia tai hoitamia sairauksia?**

| | ei | kyllä |
|--|----|-------|
| Kohonnut verenpaine, verenpainetauti | 1 | 2 |
| Sydämen toimintavajaus | 1 | 2 |
| Rintakipu rasituksessa (angina pectoris) | 1 | 2 |
| Diabetes (sokeritauti) | 1 | 2 |
| Syöpä | 1 | 2 |
| Keuhkoastma | 1 | 2 |
| Keuhkolaajentuma, krooninen keuhkoputken tulehdus | 1 | 2 |
| Sappikiviä, sappirakkotulehdus | 1 | 2 |
| Nivelreuma | 1 | 2 |
| Muu nivelsairaus | 1 | 2 |
| Selän kulumavika, muu selkäsairaus | 1 | 2 |
| Pitkäaikainen virtsateiden tulehdus, munuaistulehdus | 1 | 2 |
| Masennus | 1 | 2 |
| Muu psyykkinen sairaus | 1 | 2 |
| Muu krooninen sairaus, mikä: | | |

27. **Onko Teiltä koskaan tutkittu veren kolesterolipitoisuutta? Koska viimeksi?**
 1 viimeksi kuluneen ½ vuoden aikana
 2 ½ vuotta - 1 vuotta sitten
 3 1 vuotta - 5 vuotta sitten
 4 yli 5 vuotta sitten
 5 ei koskaan (siirtykää kysymykseen 31)
 6 en tiedä (siirtykää kysymykseen 31)
28. **Onko Teillä koskaan todettu olevan korkea tai kohonnut veren kolesterolipitoisuus?**
 1 ei
 2 kyllä
29. **Jos verenne kolesterolipitoisuus on tutkittu, annettiinko Teille tutkimuksen yhteydessä ruokavalio-ohjeita veren kolesterolitason alentamiseksi?**
 1 ei
 2 kyllä
30. **Käytättekö nykyisin lääkärin määräämiä lääkkeitä veren kolesterolipitoisuuden alentamiseksi?**
 1 en
 2 kyllä, lääkkeiden nimet:

31. **Onko Teiltä koskaan mitattu verenpainetta? Koska viimeksi?**
 1 viimeksi kuluneen ½ vuoden aikana
 2 ½ vuotta - 1 vuotta sitten
 3 1 vuotta - 5 vuotta sitten
 4 yli 5 vuotta sitten
 5 ei koskaan (siirtykää kysymykseen 37)
32. **Mittaatteko verenpainettanne kotimittarilla?**
 1 en
 2 kyllä
33. **Onko Teillä koskaan todettu olevan korkea tai kohonnut verenpaine?**
 1 ei (siirtykää kysymykseen 37)
 2 kyllä
34. **Oletteko koskaan käyttänyt verenpainelääkkeitä?**
 1 en (siirtykää kysymykseen 37)
 2 kyllä
35. **Milloin olette viimeksi ottanut verenpainelääkettä?**
 1 tänään tai eilen
 2 2 - 7 päivää sitten
 3 1 viikko - ½ vuotta sitten
 4 ½ vuotta - 1 vuosi sitten
 5 1 vuosi - 5 vuotta sitten
 6 yli 5 vuotta sitten
36. **Mikäli käytätte verenpainelääkkeitä nykyisin, mainitkaa tässä lääkkeidenne nimet:**

37. **Onko Teiltä koskaan tutkittu veren sokeripitoisuutta? Koska viimeksi?**
 1 viimeksi kuluneen ½ vuoden aikana
 2 ½ vuotta - 1 vuotta sitten
 3 1 vuotta - 5 vuotta sitten
 4 yli 5 vuotta sitten
 5 ei koskaan (siirtykää kysymykseen 41)
 6 en tiedä (siirtykää kysymykseen 41)
38. **Onko lääkäri joskus todennut Teillä diabeteksen (eli sokeritaudin)?**
 1 ei (siirtykää kysymykseen 41)
 2 ei, mutta koholla olevat sokeriarvot tai piilevän diabeteksen
 3 kyllä, tyypin 1 eli nuoruustyyppin diabeteksen
 4 kyllä, tyypin 2 eli aikuistyyppin diabeteksen
 5 kyllä, mutta en tiedä diabeteksen tyyppiä
 6 kyllä, raskausajan diabeteksen
39. **Määrättiinkö Teille tuolloin toteamisen yhteydessä diabeteksen (eli sokeritaudin) takia jotain seuraavista hoidoista?**
 1 ainoastaan ruokavalio
 2 tablettihoito
 3 insuliinihoito
 4 ei mitään näistä
40. **Mitä lääkärin määräämiä lääkkeitä käytätte nykyisin diabeteksen (eli sokeritaudin) takia?**
 1 en mitään
 2 insuliini
 3 tabletti
 4 insuliini ja tabletti yhdessä
- Minkä nimisiä tablettivalmisteita käytätte?**

41. **Onko lääkäri koskaan todennut Teillä astman?**
 1 ei
 2 kyllä

42. **Onko isällänne todettu**

| | ei | kyllä |
|--|----|-------|
| Sydäninfarkti (sydänveritulppa) <u>alle 60-vuotiaana</u> | 1 | 2 |
| Sydäninfarkti (sydänveritulppa) <u>yli 60-vuotiaana</u> | 1 | 2 |
| Aivohalvaus <u>alle 75-vuotiaana</u> | 1 | 2 |
| Diabetes (sokeritauti) | 1 | 2 |
| Astma | 1 | 2 |
| Syöpä | 1 | 2 |
| Masennus | 1 | 2 |

43. **Onko äidillänne todettu**

| | ei | kyllä |
|--|----|-------|
| Sydäninfarkti (sydänveritulppa) <u>alle 65-vuotiaana</u> | 1 | 2 |
| Sydäninfarkti (sydänveritulppa) <u>yli 65-vuotiaana</u> | 1 | 2 |
| Aivohalvaus <u>alle 75-vuotiaana</u> | 1 | 2 |
| Diabetes (sokeritauti) | 1 | 2 |
| Astma | 1 | 2 |
| Syöpä | 1 | 2 |
| Masennus | 1 | 2 |

44. **Kuinka monta veljeä tai velipuolta Teillä on tai on ollut?**

(merkitkää 0 jos ei yhtään ja siirrykää kysymykseen 45)

Onko ainakin yhdellä veljistänne tai velipuolistanne todettu:

| | ei | kyllä |
|--|----|-------|
| Sydäninfarkti (sydänveritulppa) <u>alle 60-vuotiaana</u> | 1 | 2 |
| Sydäninfarkti (sydänveritulppa) <u>yli 60-vuotiaana</u> | 1 | 2 |
| Aivohalvaus <u>alle 75-vuotiaana</u> | 1 | 2 |
| Diabetes (sokeritauti) | 1 | 2 |
| Astma | 1 | 2 |
| Syöpä | 1 | 2 |
| Masennus | 1 | 2 |

45. **Kuinka monta sisarta tai sisarpuolta Teillä on tai on ollut?**

(merkitkää 0 jos ei yhtään ja siirrykää kysymykseen 46)

Onko ainakin yhdellä sisarista tai sisarpuolistanne todettu:

| | ei | kyllä |
|--|----|-------|
| Sydäninfarkti (sydänveritulppa) <u>alle 60-vuotiaana</u> | 1 | 2 |
| Sydäninfarkti (sydänveritulppa) <u>yli 60-vuotiaana</u> | 1 | 2 |
| Aivohalvaus <u>alle 75-vuotiaana</u> | 1 | 2 |
| Diabetes (sokeritauti) | 1 | 2 |
| Astma | 1 | 2 |
| Syöpä | 1 | 2 |
| Masennus | 1 | 2 |

46. **Mitä mieltä olette nykyisestä terveydentilastanne? Onko se**

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

47. **Onko Teillä viimeksi kuluneen kuukauden (30 pv) aikana ollut seuraavia oireita tai vaivoja?**

| | ei | kyllä |
|--|----|-------|
| Reumaattisia vaivoja | 1 | 2 |
| Nivelsärkyä | 1 | 2 |
| Selkäkipua, selkäsärkyä | 1 | 2 |
| Turvotusta jaloissa | 1 | 2 |
| Suonikohjuja | 1 | 2 |
| Ummetusta | 1 | 2 |
| Toistuvia vatsavaivoja | 1 | 2 |
| Pahoinvointia | 1 | 2 |
| Kävelyvaikeutta tai ontumista polven vaivan tai vian takia | 1 | 2 |

48. **Esiintyykö Teillä tavallisesti limaisia ysköksiä herätessänne talviaamuisin?**

- 1 ei
- 2 kyllä

49. **Esiintyykö Teillä tavallisesti limaisia ysköksiä päivisin tai öisin talviaikana?**

- 1 ei
- 2 kyllä

50. **Esiintyykö Teillä limaisia ysköksiä useimpina päivinä tai öinä ainakin 3 kk:n ajan vuosittain?**

- 1 ei
- 2 kyllä

51. **Onko hengityksestänne kuulunut viimeisen 12 kuukauden aikana koskaan vinkuvaa tai pihisevää ääntä?**

- 1 ei (siirtykää kysymykseen 54)
- 2 kyllä

52. **Oliko Teillä hengenahdistusta samanaikaisesti kun hengityksenne vinkui?**

- 1 ei
- 2 kyllä

53. **Onko hengityksestänne kuulunut vinkuvaa tai pihisevää ääntä myös muulloin kuin flunssan tai hengitystieinfektion yhteydessä?**

- 1 ei
- 2 kyllä

54. **Oletteko viimeisen 12 kuukauden aikana koskaan herännyt siihen, että hengityksenne on tuntunut raskaalta?**

- 1 ei
- 2 kyllä

55. **Oletteko viimeisen 12 kuukauden aikana koskaan herännyt hengenahdistuskohtaukseen?**

- 1 ei
- 2 kyllä

56. **Oletteko viimeisen 12 kuukauden aikana koskaan herännyt yskänkohtaukseen?**

- 1 ei
- 2 kyllä

57. **Onko Teillä viimeisen 12 kuukauden aikana ollut astmakohtaus?**

- 1 ei
- 2 kyllä

58. **Käytättekö nykyään astman hoitoon mitään lääkkeitä, kuten sumutinta, inhalaatiojauhetta tai tabletteja?**

- 1 ei
- 2 kyllä, minkä nimiset valmisteet ja valmiste-
muodot (esim. tabletti, suihke):

59. **Onko Teillä koskaan ollut heinänuhaa tai muita allergisia nenäoireita?**
 1 ei
 2 kyllä, viimeisen 12 kuukauden aikana
 3 kyllä, viimeksi yli vuosi sitten
60. **Onko Teillä koskaan ollut allergisia silmäoireita?**
 1 ei
 2 kyllä, viimeisen 12 kuukauden aikana
 3 kyllä, viimeksi yli vuosi sitten
61. **Onko Teillä koskaan ollut kutisevaa ihottumaa, jota on sanottu maitoruveksi, taiveihottumaksi tai atooppiseksi ihottumaksi?**
 1 ei
 2 kyllä, viimeisen 12 kuukauden aikana
 3 kyllä, viimeksi yli vuosi sitten

62. **Milloin viimeksi olette käyttänyt seuraavia lääkkeitä?**

Vastatkaa jokaiselle riville ympäröimällä oikea vaihtoehto.

| | viimeisen viikon aikana | 1-4 viikkoa sitten | 1-12 kuukautta sitten | yli vuosi sitten | en koskaan |
|--|-------------------------|--------------------|-----------------------|------------------|------------|
| Särkyläkkeitä päänsärkyyn | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Särkyläkkeitä nivel- tai lihassärkyyn | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Särkyläkkeitä muuhun särkyyn | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Unilääkkeitä | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Rauhoittavia lääkkeitä | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Masennuslääkkeitä | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Astmalääkkeitä | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Heinänuhalääkkeitä | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Sydäninfarktin ehkäisyyn asetosalisyylihappoa (mm. Aspirin, Disperin, Primaspan) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Verenhennuslääkkeitä (Marevan) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Antibiootteja | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Muita lääkkeitä, mitä: | _____ | | | | |

63. **Onko Teillä viimeisen 12 kuukauden aikana ollut vähintään kahden viikon jaksoa, jolloin olette suurimman osan aikaa ollut mieli maassa, alakuloinen tai masentunut?**
 1 ei
 2 kyllä
64. **Onko Teillä viimeisen 12 kuukauden aikana ollut vähintään kahden viikon jaksoa, jolloin olette suurimman osan aikaa menettänyt kiinnostuksenne useimpiin asioihin, kuten harrastuksiin, työhön tai muihin asioihin, joista yleensä koette mielihyvää?**
 1 ei
 2 kyllä
65. **Onko Teillä koskaan ollut hammassärkyä? Jos on, niin milloin viimeksi?**
 1 Viimeksi kuluneen ½ vuoden aikana
 2 ½ - 1 vuotta sitten
 3 1 - 5 vuotta sitten
 4 yli 5 vuotta sitten
 5 ei koskaan
66. **Milloin olette viimeksi käynyt hammaslääkärissä?**
 1 Viimeksi kuluneen ½ vuoden aikana
 2 ½ - 1 vuotta sitten
 3 1 - 5 vuotta sitten
 4 yli 5 vuotta sitten
 5 en koskaan

67. **Onko hampaidenne kunto ja suunne terveydentila mielestänne nykyisin**

- 1 hyvä
- 2 melko hyvä
- 3 keskitasoinen
- 4 melko huono
- 5 huono

TAPATURMAT

68. **Onko Teille viimeisen vuoden (12kk) aikana sattunut jokin seuraavista tapaturmista, jolloin olette tarvinnut lääkärin hoitoa?**

| | ei | kyllä |
|---|----|-------|
| Liikennetapaturma, jossa moottoriajoneuvo mukana | 1 | 2 |
| Muu liikennetapaturma (esim. polkupyörällä) | 1 | 2 |
| Työtapaturma työpaikalla tai muualla sisätiloissa | 1 | 2 |
| Työtapaturma ulkona (ei työmatkalla tapahtunut) | 1 | 2 |
| Työmatkalla tapahtunut tapaturma (jos ei liikennetapaturma) | 1 | 2 |
| Kotitapaturma sisällä | 1 | 2 |
| Kotitapaturma kodin pihapiirissä | 1 | 2 |
| Liikuntatapaturma sisällä (kuntoliikunnassa tai urheilussa) | 1 | 2 |
| Liikuntatapaturma ulkona (kuntoliikunnassa tai urheilussa) | 1 | 2 |
| Muu vapaa-ajan tapaturma sisällä | 1 | 2 |
| Muu vapaa-ajan tapaturma ulkona | 1 | 2 |

69. **Kuinka monta kokonaista päivää teidän oli vaikeaa tai mahdotonta selvittää tavanomaisista päivittäisistä tehtävistänne ja toimistanne tapaturman aiheuttamien vammojen takia?**

(Jos ei yhtään päivää, vastatkaa 0.)

päivää

TOIMINTAKYKY JA TYÖKYKY

70. **Pystyttekö yleensä seuraaviin suorituksiin?**

| | pystyn ilman vaikeuksia | pystyn, mutta se on vaikeaa | en pysty |
|---|-------------------------|-----------------------------|----------|
| Pukeutumaan ilman apua | 1 | 2 | 3 |
| Leikkaamaan varpaankyntenne | 1 | 2 | 3 |
| Nousemaan portaita ilman apua (noin yhden kerrosvälin levähtämättä) | 1 | 2 | 3 |
| Kävelemään noin puoli kilometriä levähtämättä | 1 | 2 | 3 |
| Kantamaan noin 5 kg:n painoisen taakan vähintään sata metriä | 1 | 2 | 3 |
| Juoksemaan noin sata metriä | 1 | 2 | 3 |
| Juoksemaan yli puoli kilometriä | 1 | 2 | 3 |
| Ajamaan polkupyörällä | 1 | 2 | 3 |
| Matkustamaan junalla, linja-autolla tai raitiovaunulla | 1 | 2 | 3 |
| Lukemaan tavallista sanomalehtitekstiä (silmälaseilla tai ilman) | 1 | 2 | 3 |
| Kuulemaan, mitä useamman henkilön välisessä keskustelussa sanotaan (kuulokojeen kanssa tai ilman) | 1 | 2 | 3 |

71. **Käytättekö tietokonetta?**

- 1 en (siirtykää kysymykseen 73)
- 2 kyllä

72. **Käytättekö tietokonetta**

| | en | kyllä |
|--------------------------------|----|-------|
| Laskujen maksamiseen | 1 | 2 |
| Tiedon hakemiseen internetistä | 1 | 2 |
| Sähköpostiin | 1 | 2 |

73. **Onko Teillä matkapuhelin?**
 1 ei (siirtykää kysymykseen 75)
 2 kyllä
74. **Lähetättekö matkapuhelimellanne tekstiviestejä?**
 1 en
 2 kyllä
75. **Riippumatta siitä oletteko ansiotyössä vai ette, arvioikaa minkälainen työkykyenne on nykyisin. Oletteko**
 1 täysin työkykyinen
 2 osittain työkyvytön
 3 täysin työkyvytön
76. **Oletetaan, että työkykyenne on parhaimmillaan saanut 10 pistettä. Minkä pistemäärän antaisitte nykyiselle työkyvyllenne? (0=täysin työkyvytön, 10=työkyky parhaimmillaan).**

pistettä

77. **Työkuormitus ja vaikutusmahdollisuudet**
Miten hyvin seuraavat väittämät kuvaavat nykyistä työtänne. Mikäli ette ole työssä, arvioikaa viimeisintä työtänne. Oletteko väittämän kanssa samaa vai eri mieltä? Ympyröikää mielipidettänne parhaiten kuvaava vastausvaihtoehto kussakin väittämässä.

| | täysin samaa mieltä | jokseenkin samaa mieltä | ei samaa eikä eri mieltä | jokseenkin eri mieltä | täysin eri mieltä |
|---|---------------------|-------------------------|--------------------------|-----------------------|-------------------|
| Voin tehdä paljon itsenäisiä päätöksiä työssäni | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Minulla on paljon sananvaltaa omiin töihini | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Minulla on hyvin vähän vapautta päättää, miten teen työni | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Työni vaatii erittäin kovaa työntekoa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Minulta edellytetään kohtuutonta työmäärää | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Minulla ei ole tarpeeksi aikaa saada töitäni tehdyksi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

LIIKUNTA

78. **Miten rasittavaa työnne on ruumiillisesti?** Olemme jakaneet työn rasittavuuden 4 ryhmään. Jos ette tee työtä, ympyröikää 1.
- Työni on pääasiassa istumatyötä enkä kävele paljonkaan työaikani (esim. kellosepän, radiomekaanikon ja teollisuusompelijan työ, toimistotyö kirjoituspöydän ääressä).
 - Kävelen työssäni melko paljon, mutta en joudu nostelemaan tai kantamaan raskaita esineitä (esim. työnjohtajan ja myymäläapulaisen työ, kevyt teollisuustyö, liikkumista vaativa toimistotyö).
 - Joudun työssäni kävelemään ja nostelemaan paljon tai nousemaan portaita tai ylämäkeä (esim. kirvesmiehen ja karjanhoitajan työ, konepaja- yms. raskaampi teollisuustyö).
 - Työni on raskasta ruumiillista työtä, jossa joudun nostamaan tai kantamaan raskaita esineitä, kaivamaan, lapioimaan tai hakkaamaan, jne. (esim. metsätyöt, raskaat maataloustyöt, raskas rakennus- ja teollisuustyö).
79. **Kuinka paljon liikutte ja rasitate itseänne ruumiillisesti vapaa-aikana?** Jos se vaihtelee paljon eri vuodenaikoina, merkitkää se vaihtoehto, joka parhaiten kuvaa keskimääräistä tilannetta.
- Vapaa-aikani luen, katselen televisiota ja suoritan askareita, joissa en paljonkaan liiku ja jotka eivät rasita minua ruumiillisesti.
 - Vapaa-aikani kävelen, pyöräilen tai liikun muulla tavalla vähintään 4 tuntia viikossa. Tähän lasketaan kävely, kalastus ja metsästys, kevyt puutarhatyö yms., mutta ei työmatkoja.
 - Harrastan vapaa-aikani varsinaista kuntoliikuntaa, kuten juoksemista, lenkkeilyä, hiihtoa, kuntovoimistelua, uintia, pallopelejä tai teen rasittavia puutarhatöitä tai muuta vastaavaa keskimäärin vähintään 3 tuntia viikossa.
 - Harjoittelen vapaa-aikani kilpailumielessä säännöllisesti useita kertoja viikossa juoksua, suunnistusta, hiihtoa, uintia, pallopelejä tai muita rasittavia urheilumuotoja.

80. **Kuinka monta minuuttia kävelette, pyöräilette tai kuljette muilla ruumiillista liikuntaa vaativilla tavoilla työmatkoil-lanne?** (Huom! Tarkoitetaan yhteensä meno- ja tulomatkaan käytettyä aikaa.)

- 1 en ole työssä tai kuljen työmatkan kokonaan moottoriajoneuvolla
- 2 alle 15 minuuttia päivässä
- 3 15 - 29 minuuttia päivässä
- 4 30 - 44 minuuttia päivässä
- 5 45 - 59 minuuttia päivässä
- 6 yli 1 tunnin päivässä

81. **Kuinka usein harrastatte vapaa-ajan liikuntaa vähintään 20 min. niin, että ainakin lievästi hengästyttte ja hikoilette?** Älkää laskeko mukaan työmatkoihin käytettyä liikuntaa.

- 1 en voi vamman tai sairauden vuoksi harrastaa liikuntaa (siirtykää kysymykseen 83)
- 2 harvemmin kuin kerran viikossa
- 3 kerran viikossa
- 4 2 kertaa viikossa
- 5 3 kertaa viikossa
- 6 4 kertaa viikossa
- 7 5 kertaa viikossa tai useammin

82. **Kuinka pitkään harrastatte vapaa-ajan liikuntaa tavallisesti kerrallaan?**

- 0 en harrasta vapaa-ajan liikuntaa
- 1 alle 15 minuuttia
- 2 15- 29 minuuttia
- 3 30 - 59 minuuttia
- 4 yhden tunnin tai kauemmin

83. **Kuinka monta minuuttia keskimäärin päivässä kävelette, pyöräilette tai teette muuta liikkumista vaativaa vapaa-ajan toimintaa** (piha- ja puutarhatyöt, korjaustyöt, siivoaminen, kaupassa asiointi)? Älkää laskeko tähän lukuun mukaan työn, työmatkojen (kys. 80) ja vapaa-ajan kuntoliikunnan (kys. 81-82) aktiivisuutta.

- 1 alle 15 minuuttia päivittäin
- 2 15-29 minuuttia päivässä
- 3 30-44 minuuttia päivässä
- 4 45-59 minuuttia päivässä
- 5 yli tunnin päivässä

84. **Millainen on mielestänne nykyinen ruumiillinen kuntonne?**

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

85. **Arvioikaa miten vapaa-ajan liikuntanne jakautuu eri ympäristöihin.** Merkitkää 0, jos ette liiku yhtään.

% sisäliikuntatiloissa (liikunta- ja uimahalli, kuntosali ym.)

% kotona tai kodin pihapiirissä

% ulkona rakennetussa ympäristössä (kadut, pyörätiet, ulkoliikuntapaikat)

% ulkona luonnossa kodin läheisyydessä

% ulkona luonnossa vapaa-ajan asunnon ympäristössä

% ulkona muualla luontoympäristössä

yht. 100 %

86. **Kuinka monta tuntia istutte keskimäärin arkipäivänä?** Merkitkää 0, jos ette yhtään.

Työpäivän aikana toimistossa tai vastaavassa t min

Kotona televisiota tai videoita katsellen t min

Kotona tietokoneen ääressä t min

Kulkuneuvossa t min

Muualla t min

TUPAKOINTI

87. **Oletteko koskaan tupakoinut elämänne aikana?**

- 1 en (siirtykää kysymykseen 101)
- 2 kyllä (jatkaa kysymyksestä 88)

88. **Oletteko tupakoinut elämänne aikana vähintään 100 kertaa (savukkeita, sikareita tai piippua)?**

- 1 en (siirtykää kysymykseen 101)
- 2 kyllä

89. **Oletteko koskaan tupakoinut säännöllisesti** (lähes joka päivä ainakin yhden vuoden ajan)?

Kuinka monta vuotta yhteensä?

- 1 en ole koskaan tupakoinut säännöllisesti
- 2 olen tupakoinut säännöllisesti

vuotta

90. **Minkä ikäisenä aloititte tupakoinnin?**

-vuotiaana

91. **Tupakoitko nykyisin** (savukkeita, sikareita tai piippua)?
 1 kyllä, päivittäin
 2 kyllä, satunnaisesti
 3 en lainkaan
92. **Koska olette tupakoinut viimeksi?** Jos tupakoitte jatkuvasti, merkitkää vaihtoehto 1.
 1 eilen tai tänään
 2 2 pv - 1 kk sitten
 3 1 kk - puoli vuotta sitten (siirtykää kysymykseen 99)
 4 puoli vuotta - vuosi sitten (siirtykää kysymykseen 99)
 5 1 - 5 v. sitten (siirtykää kysymykseen 101)
 6 6-10 v. sitten (siirtykää kysymykseen 101)
 7 yli 10 v. sitten (siirtykää kysymykseen 101)
93. **Kuinka pian heräämisen jälkeen tupakoitte?**
 3 5 minuutin kuluessa
 2 6-30 minuutin kuluessa
 1 31-60 minuutin kuluessa
 0 60 minuutin jälkeen
94. **Miten paljon poltatte tai poltatte ennen lakkoa keskimäärin päivässä? Vastatkaa jokaiseen kohtaan.** (Jos ette polta tai ole polttanut lainkaan, merkitkää 0.)
 tehdasvalmisteisia savukkeita kpl päivässä
 itse käärityjä savukkeita kpl päivässä
 piippua kpl päivässä
 sikareita kpl päivässä
95. **Mitä mieltä olette nykyisestä tupakoinnistanne?** Tupakoitko mielestänne
 1 huomattavasti liian paljon
 2 hieman liian paljon
 3 kohtuullisesti
 4 en tupakoi nykyisin
96. **Haluaisitteko lopettaa tupakoinnin?**
 1 en
 2 kyllä
 3 en osaa sanoa
 4 en tupakoi nykyisin
97. **Jos yrittäisitte lopettaa tupakoinnin, niin luuletteko, että onnistuisitte siinä?**
 1 en
 2 kyllä
 3 en osaa sanoa
 4 en tupakoi nykyisin
98. **Oletteko milloinkaan vakavasti yrittänyt lopettaa tupakointia? Jos olette, niin milloin viimeksi?**
 1 en koskaan
 2 yli vuosi sitten
 3 puoli vuotta - vuosi sitten
 4 1 kk - puoli vuotta sitten
 5 viimeisen kuukauden aikana
99. **Onko lääkäri viimeksi kuluneen vuoden aikana kehottanut Teitä lopettamaan tupakoinnin?**
 1 ei kertaakaan
 2 kerran
 3 useita kertoja
100. **Onko terveydenhoitaja tai työterveys-
hoitaja viimeksi kuluneen vuoden aikana kehottanut Teitä lopettamaan tupakoinnin?**
 1 ei kertaakaan
 2 kerran
 3 useita kertoja
101. **Oletteko viimeksi kuluneen vuoden (12 kk) aikana käyttänyt nikotiinikorvaushoitoa** (purukumi, laastari, pilleri ym.)?
 1 en ole käyttänyt
 2 kyllä, tupakoinnin lopettamisen tukena
 3 kyllä, muusta syystä
102. **Nuuskaatteko nykyisin?**
 1 kyllä, päivittäin annosta
 2 satunnaisesti
 3 en lainkaan
103. **Montako tuntia päivässä olette sisätiloissa, joissa joudutte hengittämään muiden aiheuttamaa tupakansavua?** (Jos ette lainkaan merkitkää 0.)
 Pyöristäkää vastauksenne lähimpään täyteen tuntiin.
 työpaikalla tuntia
 kotona tuntia
 muissa tiloissa tuntia

RAVINTO

104. **Kuinka monta ateriaa tai välipalaa syötte tavallisesti arkipäivinä** (aterioiden/ välipalojen yhteismäärä päivässä)?
 1 1-2 ateriaa/välipalaa
 2 3-4 ateriaa/välipalaa
 3 5-6 ateriaa/välipalaa
 4 7 tai useampi ateria/välipalaa

105. **Kuinka usein tavallisesti käytätte seuraavia elintarvikkeita?** Ajatelkaa viimeksi kulunutta vuotta (12 kk). Vastatkaa jokaiselle riville. Ympyröikää vain yksi, parhaiten käyttötiheyttä vastaava kohta.

| | Kuukaudessa | | Viikossa | | | Päivässä | | |
|--|---|---------------|----------|---------------|---------------|----------|---------------|-----------------|
| | Harvem- min kuin kerran tai ei lainkaan | 1-3 kertaa | Kerran | 2-4 kertaa | 5-6 kertaa | Kerran | 2-3 kertaa | Yli 4 kertaa |
| ESIMERKKI: | | | | 4 | | | | |
| puuroja 2-4 kertaa viikossa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| VILJAVALMISTEET | | | | | | | | |
| Pullaa, pullapohjaista piirakkaa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Makeita keksejä | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Muita makeita leivonnaisia (esim. viineri, täytekakku) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Suolaisia piirakoita ja pasteijoita (esim. karjalanpiirakka) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Pizzaa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Hampurilaisia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Makaronia, pastaa tai riisiä | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Puuroja | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Muroja tai myslä | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| MAITOTUOTTEET | | | | | | | | |
| Maustamatonta jogurttia tai viiliä | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Maustettua jogurttia tai viiliä | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Vähärasvaisia juustoja (rasvaa 17% tai alle) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Muita juustoja (esim. Edam, Emmental, Aura, Brie) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Jäätelöä, vanukkaita, marja- tai hedelmärahkaa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| PERUNA, KASVIKSET | | | | | | | | |
| Perunaa keitettynä tai soseena | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Paistettuja tai ranskalaisia perunoita | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Kasvisruokia (keittoja, laatikoita, pataruokia) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Keitettyjä lisäkekasviksia tai palkokasviksia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Tuoresalaattia, tuoreita kasviksia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Salaatinkastiketta tai öljyä kasvien kanssa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| HEDELMÄT, MARJAT | | | | | | | | |
| Hedelmiä | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Tuoreita tai pakastettuja marjoja | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Hedelmä- tai marjatäysmehuja (ei lisätyä sokeria) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |

| | Kuukaudessa | | Viikossa | | | Päivässä | | |
|--|---|---------------|----------|---------------|------------|----------|---------------|-----------------|
| | Harvem- min kuin kerran tai ei lainkaan | 1-3 kertaa | Kerran | 2-4 kertaa | 5-6 kertaa | Kerran | 2-3 kertaa | Yli 4 kertaa |
| KALA | | | | | | | | |
| Kalaa ja kalaruokia yhteensä | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Kirjolohta, lohta (esim. paistettuna, keitossa) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Silakkaa (esim. pihveinä, savustettuna, maustekalana) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Muuta kalaa (esim. hauki, ahven, muikku, pakastekala) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| LIHA, MAKKARA, MUNA | | | | | | | | |
| Liharuokia (esim. palapaisti, jauhelihakastike, pihvi) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Broileria, kalkkunaa, kanaruokia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Makkarauokia, nakkeja, lenkkimakkaraa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Leikkelemakkaroita (esim. meetvursti, lauantaimakkara) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Lihaleikkeleitä (esim. keittokinkku, kalkkunaleike) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Kananmunaa, (keitettynä, paistettuna, munakkaana) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| MUUTA | | | | | | | | |
| Suklaata | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Muita makeisia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Suolaisia naposteltavia (esim. sipsit, popcornit) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Kaupan valmisruokia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |

106. **Kuinka paljon syötte tavallisesti erilaisia ruokaleipiä?** Ajatelkaa viimeksi kulunutta vuotta (12 kk). Vastatkaa jokaiselle riville. Ympyröikää vain yksi, parhaiten käyttöä vastaava kohta.

| | Viipaletta viikossa | | | | Viipaletta päivässä | | | |
|--|------------------------------|---|-----|-----|---------------------|-----|-----|--------------------------------|
| | alle 1 tai ei lainkaan | 1 | 2-4 | 5-6 | 1 | 2-3 | 4-5 | 6 viipaletta tai enemmän |
| ESIMERKKI: Hiivaleipää pala päivässä | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| RUOKALEIPÄ | | | | | | | | |
| Ruis- tai näkkileipää | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Hiiva-, graham- tai sekaleipää | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Ranskanleipää, patonkia, muuta valkoista leipää | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |

107. **Missä syötte useimmiten pääaterianne (lämmin ateria/ leipä-salaattiateria) arkipäivisin?**

Ympyröikää vain yksi vaihtoehto.

a) lounasaikaan

1 en syö lounasta

2 syön eväitä työpaikalla

3 kotona

4 ravintolassa, baarissa, pikaruokapaikassa

5 työpaikkaruokalassa tai muussa ruokalassa

6 muualla

b) päivällisaikaan

1 en syö päivällistä

2 syön eväitä työpaikalla

3 kotona

4 ravintolassa, baarissa, pikaruokapaikassa

5 työpaikkaruokalassa tai muussa ruokalassa

6 muualla

108. **Noudatatteko jotakin erityisruokavaliota?**

| | en | kyllä |
|---|----|-------|
| laktoositon ruokavalio | 1 | 2 |
| gluteeniton ruokavalio (välttämättömät viljoja) | 1 | 2 |
| ruoka-aineallergia | 1 | 2 |
| diabeetikon ruokavalio | 1 | 2 |
| kolesterolia alentava ruokavalio | 1 | 2 |
| laihutusruokavalio | 1 | 2 |
| kasvisruokavalio | 1 | 2 |
| vähäsuolainen ruokavalio | 1 | 2 |
| muu ruokavalio | 1 | 2 |

Jos vastasitte "kyllä" kohtaan ruoka-aineallergia, mille ruoka-aineelle/aineille olette allerginen?

Jos vastasitte "kyllä" kohtaan muu ruokavalio, mitä muuta erityisruokavaliota noudatatte?

109. **Kuinka monta annosta seuraavia juomia juotte tavallisesti päivässä TAI viikossa? Merkitkää annosten lukumäärä joko päivä- tai viikkosarakkeeseen.** Jos ette juo kyseistä juomaa lainkaan, merkitkää molempiin sarakkeisiin nolla.

| Juomat | Annos | Annosta päivässä | TAI | Annosta viikossa |
|--|-------------------------|------------------|-----|------------------|
| ESIMERKKI 1. kahvia 4 kupillista päivittäin | 1 kahvikuppi = n. 1 dl | 4 | | |
| ESIMERKKI 2. energiajuomaa ei lainkaan | 1 tölkki = 0,33 l | 0 | | 0 |
| kahvia | 1 kahvikuppi = n. 1 dl | | | |
| teetä | 1 teekuppi = n. 2 dl | | | |
| kaakaota | 1 kaakaokuppi = n. 2 dl | | | |
| maitoa | 1 lasi = n. 2 dl | | | |
| piimää | 1 lasi = n. 2 dl | | | |
| kunnallista vesijohtovettä | 1 lasi = n. 2 dl | | | |
| kaivovettä | 1 lasi = n. 2 dl | | | |
| pullotettua vettä tai kivennäisvettä | 1 lasi = n. 2 dl | | | |
| täysmehuja (ei lisättyä sokeria) | 1 lasi = n. 2 dl | | | |
| energiajuomaa (esim. Battery, Red Bull, ED) | 1 tölkki = 0,33 l | | | |
| alkoholitonta tai l-olutta | 1 tölkki = 0,33 l | | | |
| sokeroitua kolajuomaa | 1 lasi = n. 2 dl | | | |
| vähäkalorista kolajuomaa | 1 lasi = n. 2 dl | | | |
| muuta sokeroitua virvoitusjuomaa tai sokeroitua mehujuomaa | 1 lasi = n. 2 dl | | | |
| muuta vähäkalorista virvoitusjuomaa tai vähäkalorista mehujuomaa | 1 lasi = n. 2 dl | | | |

110. **Millaista kahvia tavallisesti juotte?**

Ympyröikää vain yksi vaihtoehto.

- 1 suodatinkahvia
- 2 suodattamatonta pannukahvia
- 3 pikakahvia (murukahvia)
- 4 muuta kahvia (esim. espresso, cappuccino)
- 0 en juo kahvia

111. **Millaista maitoa tavallisesti juotte?**

Ympyröikää vain yksi vaihtoehto.

- 1 tilamaitoa
- 2 täysmaitoa (entinen kulutusmaito)
- 3 kevytmaitoa
- 4 ykkösmaitoa
- 5 rasvatonta maitoa
- 0 en juo maitoa

112. **Mitä rasvaa käytätte enimmäkseen leivällä?** Ympyröikää vain yksi vaihtoehto.

- 1 en mitään
- 2 rasvaveitettä, jossa korkeintaan 40 % rasvaa (esim. Keiju Keveämpi 30, Keiju Kevyt 40, Flora Kevyt 40, Kevyt Becel 35, Kevyt Levi 40)
- 3 rasvaveitettä, jossa 60 % rasvaa (esim. Keiju 60, Becel 60, Kultarypsi 60)
- 4 rasvaveitettä, jossa 70 - 80 % rasvaa (esim. Flora 70, Keiju 70)
- 5 voi-kasviöljyseosta, rasvaseosta (esim. Oivariini, Enilett)
- 6 voita
- 7 kasvisterolimargariinia (esim. Becel pro.activ, Benecol)

113. **Mitä rasvaa kotonanne käytetään enimmäkseen ruoan valmistuksessa?**

Leivontaa ei oteta huomioon. Ympyröikää vain yksi vaihtoehto.

- 1 kasviöljyä tai juoksevaa kasviöljyvalmistetta (esim. Flora Culinesse, Juokseva Sunnuntai)
- 2 rasvaveitettä, jossa 60 % rasvaa (esim. Keiju, Kultarypsi)
- 3 rasvaveitettä, jossa 70 - 80 % rasvaa (esim. Flora, Keiju)
- 4 talousmargariinia (esim. Sunnuntai)
- 5 voi-kasviöljyseosta, rasvaseosta (esim. Oivariini, Enilett)
- 6 voita
- 7 kasvisterolimargariinia (esim. Becel pro.activ, Benecol)
- 8 ei mitään rasvaa
- 9 kotitaloudessamme ei valmisteta ruokaa

114. **Oletteko käyttänyt vitamiini-, kivennäisaine- tai muita ravintoainevalmisteita viimeisen 6 kuukauden aikana?**

- 1 en
- 2 kyllä

Merkitkää alla oleville riveille esimerkkirivien tapaan käyttämänne valmisteiden nimi/valmisteiden nimet, valmistemuoto (esim. tabletti) sekä käyttämänne annos päivässä TAI annos viikossa.

| Valmisteiden nimi | Valmistemuoto | Annos päivässä | Annos viikossa | Käyttö säännöllistä |
|-------------------------------------|---------------|----------------|----------------|---------------------|
| ESIM. Ladyvita | tabletti | 1 | - | x |
| ESIM. Jekovit | tippaa | 3 | - | x |
| ESIM. Möllerin Omega-3, nestemäinen | ml | - | 10 | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

ALKOHOLIN KÄYTTÖ

115. Käyttekö nykyisin edes satunnaisesti mitään alkoholijuomia (esim. olutta, viiniä tai väkeviä)?

- 1 kyllä, vähintään kerran kuukaudessa
- 2 kyllä, harvemmin kuin kerran kuukaudessa
- 3 en, sillä lopetin alkoholinkäytön kokonaan

vuotta sitten

- 4 en ole koskaan käyttänyt alkoholijuomia (siirtykää kysymykseen 120)

116. Oletteko viimeksi kuluneen vuoden (12 kuukautta) aikana käyttänyt mitään alkoholijuomia (olutta, viiniä tai väkeviä)?

- 1 kyllä
- 2 en (siirtykää kysymykseen 120)

117. Montako lasillista (tavallista ravintola-annosta) tai pullollista olette juonut edellisen viikon (edelliset 7 vrk) aikana seuraavia: (ellette ole juonut yhtään, merkitkää 0.)

Keskiolutta (III-olutta) tai keskivahvaa siideriä
(myydään ruokakaupassa, alkoholipitoisuus 2,9-4,7%)

pullollista (1/3 litraa)

A-olutta (IV-olutta, alkoholipitoisuus yli 4,7%)

pullollista 1/3 litraa)

Vahvaa siideriä tai long drink -juomia
(myydään vain ALKO:ssa, alkoholipitoisuus yli 4,7%)

pullollista (1/3 litraa)

Viinaa tai muuta väkevää alkoholia

ravintola-annosta (n. 4 cl)

Punaviiniä

lasillista (1 lasillinen= n. 12 cl)

Muuta viiniä

lasillista (1 lasillinen= n. 12 cl)

118. Kuinka usein viimeisten 12 kuukauden aikana jotte seuraavia määriä alkoholia yhtenä päivänä?

Ohje: Aloittakaa vastaaminen ylimmältä vastausriviltä. Ympyröikää tälle riville numero sopivimman 'Kuinka usein?' vaihtoehdon kohdalle. Jatkaa sitten rivi kerrallaan alaspäin samalla tavalla.

Pyydämme ympyröimään vain yhden numeron joka riviltä.

Esimerkiksi "5-7 annosta" tarkoittaa vähintään viittä ja enintään seitsemää annosta.

| | |
|-----------|---|
| 1 annos = | pullollinen (1/3 litraa) keskiolutta tai lasillinen (12 cl) mietoa viiniä tai lasillinen (8 cl) väkevää viiniä tai lasillinen (4 cl) viinaa tai muuta väkevää alkoholijuomaa |
|-----------|---|

| | |
|---|----------------|
| Pullo (0,33 l) A-olutta, Gin Long Drinkiä tai vahvaa siideriä | = 1,25 annosta |
| Iso pullo (0,5 l) keskiolutta tai keskivahvaa siideriä | = 1,5 annosta |
| Iso pullo (0,5 l) A-olutta | = 2 annosta |
| Pullo (0,75 l) viiniä | = 7 annosta |
| Pullo (0,75 l) väkevää viiniä | = 10 annosta |
| Pullo (0,5 l) väkevää alkoholijuomaa (esim. Koskenkorva) | = 12 annosta |

| Annoksia päivää kohti | Vähintään 4 kertaa viikossa | 2-3 kertaa viikossa | Noin kerran viikossa | 1-2 kertaa kuukaudessa | 3-10 kertaa vuodessa | 1-2 kertaa vuodessa | En kertaakaan |
|-----------------------|-----------------------------|---------------------|----------------------|------------------------|----------------------|---------------------|---------------|
| 18 tai enemmän | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 13-17 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8-12 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5-7 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3-4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 1-2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

119. **Kuinka usein olette viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana juonut niin paljon olutta, viiniä tai väkeviä alkoholijuomia, että olette tuntenut itsenne päihtyneeksi?**
- 1 pari kertaa viikossa tai useammin
 - 2 noin kerran viikossa
 - 3 pari kertaa kuukaudessa
 - 4 noin kerran kuukaudessa
 - 5 noin kerran parissa kuukaudessa
 - 6 neljä-viisi kertaa vuoden aikana
 - 7 pari-kolme kertaa vuoden aikana
 - 8 kerran vuoden aikana
 - 9 en kertaakaan

PAINO

120. **Kuinka paljon painoitte 20-vuotiaana?**

kg

121. **Mikä on ollut alin painonne aikuisiässä (yli 20-vuotiaana)?**

kg

122. **Kuinka paljon olette painanut enimmillään (naisilla raskaus- ja imetysaikaa lukuunottamatta)?**

kg

123. **Miten paljon nykyinen painonne eroaa painostanne vuosi sitten?**

- 1 lisääntynyt: noin kg
- 2 pysynyt ennallaan
- 3 vähentynyt: noin kg

124. **Pidättekö itseänne**

- 1 liian laihana
- 2 hieman liian laihana
- 3 sopivan painoisena
- 4 hieman ylipainoisena
- 5 liian lihavana

UNI JA NUKKUMINEN

125. **Kuinka monta tuntia nukutte keskimäärin:**

yössä? tuntia vuorokaudessa? tuntia

126. **Nukutteko mielestänne tarpeeksi?**

- 1 kyllä, lähes aina
- 2 kyllä, usein
- 3 harvoin tai tuskin koskaan
- 4 en osaa sanoa

127. **Kun oletetaan sopivat ympäristön olosuhteet, kuinka helppoa teille on aamuisin vuoteesta nouseminen?**

- 1 ei lainkaan helppoa
- 2 ei kovin helppoa
- 3 melko helppoa
- 4 hyvin helppoa

128. **Kuinka väsyneeksi tunnette itsenne aamuisin ensimmäisen puolen tunnin aikana?**

- 1 hyvin väsyneeksi
- 2 melko väsyneeksi
- 3 melko levänneeksi
- 4 hyvin levänneeksi

129. **Oletetaan että olette päättänyt ruveta harrastamaan jotakin urheilulajia. Ystävänne suosittelee teille harjoitusohjelmaksi kaksi kertaa viikossa tunti kerrallaan. Paras aika hänelle on aamuisin kello 7.00-8.00. Pitäen mielessänne vain oman 'parhaalta tuntuu' -rytminne, kuinka luulisitte suoriutuvan?**

- 1 olisin hyvässä vireessä
- 2 olisin kohtuullisessa vireessä
- 3 tuntuisi melko vaikealta
- 4 tuntuisi hyvin vaikealta

130. Oletetaan että teidän täytyy osallistua kahden tunnin kovaan fyysiseen työhön. Voitte täysin vapaasti suunnitella aikataulunne. Ottaen huomioon vain oma 'parhaalta tuntuu' -rytminne, minkä seuraavista vaihtoehtoista valitsisitte?

- 1 kello 8.00-10.00
- 2 kello 11.00-13.00
- 3 kello 15.00-17.00
- 4 kello 19.00-21.00

131. Oletetaan, että voitte valita työaikanne. Otaksukaa, että työpäivä on viiden tunnin mittainen, työ on mielenkiintoista ja palkkaa maksetaan tulosten mukaan. Mitkä viisi PERÄKKÄISTÄ tuntia valitsisitte? Ympyröikää valitsemanne viisi kellonaikaa:

| | | | | | | | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1-2 | 2-3 | 3-4 | 4-5 | 5-6 | 6-7 | 7-8 | 8-9 | 9-10 | 10-11 | 11-12 | 12-13 |
| 13-14 | 14-15 | 15-16 | 16-17 | 17-18 | 18-19 | 19-20 | 20-21 | 21-22 | 22-23 | 23-24 | 24-01 |

132. On olemassa niin sanottuja "aamuihmisiä" (aamunvirkku, illantorkku) ja "iltaihmiisiä" (illanvirkku, aamuntorkku). Kumpaan ryhmään Te kuulutte?

- 1 Ehdottomasti "aamuihmisiin"
- 2 Enemmän "aamu-" kuin "iltaihmiisiin"
- 3 Enemmän "ilta-" kuin "aamuihmisiin"
- 4 Ehdottomasti "iltaihmiisiin"

133. Seuraavaksi esitämme Teille joitakin henkilökohtaisia kysymyksiä. Ajatelkaa viimeksi kulunutta kuukautta. Ilmoittakaa, kuinka usein kysyty asia on ollut mielessänne tai oire Teitä vaivannut.

| | Usein | Joskus | Ei lainkaan |
|--|-------|--------|-------------|
| Tunneteko itsenne uupuneeksi ja yllirasittuneeksi? | 1 | 2 | 3 |
| Näettekö painajaisunia? | 1 | 2 | 3 |
| Vaivaako Teitä unettomuus? | 1 | 2 | 3 |
| Onko Teillä päänsärkyä? | 1 | 2 | 3 |

MUITA KYSYMYKSIÄ

134. Millaiseksi koette oman riskinne sairastua sydän- tai verisuonitautiin elämänne aikana?

- 1 erittäin suureksi
- 2 suureksi
- 3 kohtalaiseksi
- 4 pieneksi
- 5 erittäin pieneksi
- 0 minulla on sydän- tai verisuonitauti

136. Millaiseksi koette oman riskinne sairastua vakavaan masennukseen elämänne aikana?

- 1 erittäin suureksi
- 2 suureksi
- 3 kohtalaiseksi
- 4 pieneksi
- 5 erittäin pieneksi
- 0 minulla on vakava masennus

135. Millaiseksi koette oman riskinne sairastua syöpään elämänne aikana?

- 1 erittäin suureksi
- 2 suureksi
- 3 kohtalaiseksi
- 4 pieneksi
- 5 erittäin pieneksi
- 0 minulla on tai on ollut syöpä

137. Millaiseksi koette oman riskinne sairastua diabetekseen eli sokeritautiin elämänne aikana?

- 1 erittäin suureksi
- 2 suureksi
- 3 kohtalaiseksi
- 4 pieneksi
- 5 erittäin pieneksi
- 0 minulla on sokeritauti

138. Onko diabetesriskiänne arvioitu viimeksi kuluneen vuoden (12 kk) aikana esimerkiksi diabeteksen riskitestillä tai veren sokeriarvojen mittauksella?

- 1 kyllä
- 2 ei

139. **Seuraavaksi pyydämme Teitä arvioimaan, kuinka hyväksi koette nykyisen elämäne kokonaisuutena eli elämänlaadun viimeksi kuluneen kuukauden (30 vrk) aikana.** Arvioikaa elämänlaatuanne ympäröimällä alla olevista numeroista se, joka parhaiten kuvastaa elämänlaatuanne. Huonointa mahdollista elämänlaatuun kuvaa luku 0 ja parasta mahdollista luku 10.

| | | | | | | | | | | |
|---------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------------------|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Huonoin mahdollinen elämänlaatu | | | | | | | | | | Paras mahdollinen elämänlaatu |

140. **Kuinka tyytyväinen olette taloudelliseen tilanteeseenne?**

- 1 erittäin tyytyväinen
- 2 tyytyväinen
- 3 jokseenkin tyytyväinen
- 4 tyytymätön
- 5 erittäin tyytymätön

141. **Kuinka tyytyväinen olette siihen, mitä olette saavuttanut elämässänne?**

- 1 erittäin tyytyväinen
- 2 tyytyväinen
- 3 jokseenkin tyytyväinen
- 4 tyytymätön
- 5 erittäin tyytymätön

142. **Kuinka tyytyväinen olette perhe-elämäännne**

- | | |
|--------------------------|---------------------------|
| 1 erittäin tyytyväinen | 4 tyytymätön |
| 2 tyytyväinen | 5 erittäin tyytymätön |
| 3 jokseenkin tyytyväinen | 0 minulla ei ole perhettä |

143. **Kuinka hyvin seuraavat väittämät pitävät paikkansa teidän mielestänne?**

| | pitää täysin paikkansa | pitää melko lailla paikkaansa | ei juuri pidä paikkaansa | ei pidä lainkaan paikkaansa |
|---|------------------------|-------------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Olen sitä mieltä, että useimmat ihmiset ovat valmiita valehtelemaan oman etunsa vuoksi | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Useimmat ihmiset ovat rehellisiä ja kunniallisia pääasiassa kiinnijoutumisen pelosta | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Useimmat ihmiset ovat etuja saavuttaakseen valmiita käyttämään epärehellisiäkin keinoja, elleivät rehelliset auta | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Mietin usein, mitkä voisivat olla ne todelliset syyt, jotka saavat toiset tekemään jotain hyväkseni | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Kukaan ei välitä paljoakaan siitä, mitä toiselle tapahtuu | 1 | 2 | 3 | 4 |
| On parasta olla luottamatta kehenkään | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Useimmat ihmiset hankkivat ystäviä siksi, että näistä on todennäköisesti heille hyötyä | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Useimmat ihmiset eivät oikeastaan haluaisi nähdä vaivaa auttaakseen toisia | 1 | 2 | 3 | 4 |

MIESTEN OSALTA LOMAKE PÄÄTTYÄ TÄHÄN.

KIITOS VASTAUKSISTANNE!

OTTAKAA LOMAKE MUKAANNE TERVEYSTARKASTUKSEEN.

SEURAAVAT KYSYMYKSET KOSKEVAT VAIN NAISIA

144. Oletteko käyttänyt tai käytättekö tällä hetkellä ehkäisypillereitä?

- 1 kyllä, käytän tällä hetkellä ja olen käyttänyt [] [] vuoden ajan
- 2 en, mutta olen aiemmin käyttänyt [] [] vuoden ajan
- 3 en ole koskaan käyttänyt

145. Oletteko käyttänyt tai käytättekö tällä hetkellä ehkäisyyn tavallista kierukkaa?

- 1 kyllä, käytän tällä hetkellä ja olen käyttänyt [] [] vuoden ajan
- 2 en, mutta olen aiemmin käyttänyt [] [] vuoden ajan
- 3 en ole koskaan käyttänyt

146. Oletteko käyttänyt tai käytättekö tällä hetkellä hormonikierukkaa?

- 1 kyllä, käytän tällä hetkellä ja olen käyttänyt [] [] vuoden ajan
- 2 en, mutta olen aiemmin käyttänyt [] [] vuoden ajan
- 3 en ole koskaan käyttänyt

147. Oletteko viimeksi kuluneen kuukauden aikana käyttänyt hormonikorvaushoitoa tabletteina, geelinä tai laastarina?

- 1 kyllä, valmisteen nimi:

- 2 en (siirtykää kysymykseen 151)

148. Kuinka kauan olette käyttänyt hormonikorvaushoitoa yhteensä?

[] [] vuoden ajan

149. Minkä ikäisenä aloititte hormonikorvaushoidon käytön?

[] [] vuoden iässä

150. Olivatko luonnolliset kuukautisenne loppuneet ennen hormonikorvaushoidon aloittamista?

- 1 kyllä, [] [] vuoden iässä
- 2 ei

151. Onko Teillä vielä kuukautiset?

- 1 kyllä, säännölliset
- 2 kyllä, epäsäännölliset
- 3 ei, viimeiset kuukautiset tulivat [] [] vuotta sitten

152. Kuinka pitkään kuukautisvuotonne normaalisti kestää/ kesti?

[] [] päivää

153. **Kuinka pitkä on/ oli kuukautiskiertonne tavallisesti**

(=aika ensimmäisestä vuotopäivästä seuraavien kuukautisten ensimmäiseen vuotopäivään)

päivää

154. **Oletteko tällä hetkellä raskaana?**

- 1 en
- 2 kyllä

155. **Oletteko synnyttänyt lapsen/ lapsia?**

- 1 en
- 2 kyllä, vuosina , , , ,

, , , ,

(jatkakaa tähän tarvittaessa)

156. **Onko teillä ollut koskaan vaikeuksia tulla raskaaksi ja saada lasta?**

- 1 en tiedä, koska en ole yrittänyt (siirytään kysymykseen 158)
- 2 ei (siirytään kysymykseen 158)
- 3 kyllä, viimeksi alle 2 vuotta sitten
- 4 kyllä, viimeksi 2-5 vuotta sitten
- 5 kyllä, yli 5 v sitten

157. **Jos teillä on ollut vaikeuksia tulla raskaaksi ja saada lasta, oletteko hakenut siihen lääkäriltä apua?** (Vastatkaa viimeisimmän kerran mukaan. Voitte ympyröidä useita vaihtoehtoja.)

- 1 en
- 2 kyllä, olen ollut tutkimuksissa
- 3 kyllä, olen ollut leikkauksessa
- 4 kyllä, olen saanut keinohedelmöityksen/ siemennyksen
- 5 kyllä, olen saanut hormonihoitoa
- 6 kyllä, olen saanut koeputkihedelmöityshoitoa
- 7 kyllä, muuta hoitoa:

158. **Onko Teille tehty kohdunpoisto?**

- 1 ei
- 2 kyllä, poistettiin kohtu ja munasarjat, vuoden ikäisenä
- 3 kyllä, poistettiin kohtu ja enintään yksi munasarja, vuoden ikäisenä

KIITOS VASTAUKSISTANNE!

OTTAKAA LOMAKE MUKAANNE TERVEYSTARKASTUKSEEN

HOITAJA TÄYTTÄÄ ALLA OLEVAT KOHDAT TUTKIMUSTILANTEESSA

1. Saapumisaika pvm / / 2007

klo :

2. Suostumus

| | Kyllä 1 | Ei 2 |
|---------|--------------------------|--------------------------|
| Kohta 1 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kohta 2 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

3. Pituus , cm (1 mm:n tarkkuudella)

4. Paino , kg (100 g:n tarkkuudella)

5. Verenpaineen mittaja

6. Rasvan määrä leivällä

- 1 2,5g/ leipäviipale
- 2 5 g/ leipäviipale
- 3 10 g/ leipäviipale
- 4 15 g/ leipäviipale
- 0 ei lainkaan rasvaa

7. Leipäpalojen määrä vuorokaudessa kpl

8. Verenpaine 1 / mmHg

2 / mmHg

3 / mmHg

9. Olkavarren ympärysmitta , cm (puolen cm:n tarkkuudella)

10. Pulssi / 30 s

11. Lantion ympärysmitta , cm (puolen cm:n tarkkuudella)

Vyötärön ympärysmitta , cm (puolen cm:n tarkkuudella)

12. Paasto tuntia

13. Akuutti infektio

- 1 ei
 - 2 kyllä, hengitystieinfektio
 - 3 kyllä, muu, mikä? _____
-

14. Verinäyte otettu

- 1 ei
 2 kyllä
 3 kyllä, osittain: _____
-

Näytteenottaja

Näytteenkäsittelijä

15. Näytteenottoaika pvm 2007 klo :

16. Huomautuksia näytteenotossa

- 1 näyte otettiin makuulla
2 infektoriski
3 muuta, mitä _____
-

17. Huomautuksia

- 1 itse ilmoitettu pituus
 2 itse ilmoitettu paino
 3 epäsäännöllinen epätasainen rytmi (flimmeri)
 4 verenpaine mitattu vasemmasta käsivarresta
 5 diastoliseksi arvoksi merkitty Korotkoffin IV vaihe
 6 muuta, mitä: _____
-
-

18. Typpioksidimittaus NO₂

19. Tupakoinut tunnin aikana ennen mittausta Ei 1 Kyllä 2

20. Sairastanut hengitystie- tai suolistoinfektion viimeisen kahden viikon aikana

Ei 1 Lieviä oireita 2 Selvä infektio 3

Lähtöaika klo :

Havaintotunnus

Tutkittavan nimikirjaimet

Lomaketarra

