

Rastittakaa jokaisen otsikon alta YKSI ruutu, joka parhaiten kuvaa terveyttänne TÄNÄÄN

### 1. LIIKKUMINEN

Minulla ei ole vaikeuksia kävelemissä

1	
---	--

Minulla on lieviä vaikeuksia kävelemissä

2	
---	--

Minulla on kohtalaisia vaikeuksia kävelemissä

3	
---	--

Minulla on suuria vaikeuksia kävelemissä

4	
---	--

En kykene kävelemään

5	
---	--

### 2. ITSESTÄÄN HUOLEHTIMINEN

Minulla ei ole vaikeuksia peseytyä tai pukeutua itse

1	
---	--

Minulla on lieviä vaikeuksia peseytyä tai pukeutua itse

2	
---	--

Minulla on kohtalaisia vaikeuksia peseytyä tai pukeutua itse

3	
---	--

Minulla on suuria vaikeuksia peseytyä tai pukeutua itse

4	
---	--

En kykene peseytymään tai pukeutumaan itse

5	
---	--

### 3. TAVANOMAISET TOIMINNOT

(esimerkiksi ansiotyö, opiskelu, kotityö, vapaa-ajan toiminnot)

Minulla ei ole vaikeuksia suorittaa tavanomaisia toimintojani

1	
---	--

Minulla on lieviä vaikeuksia suorittaa tavanomaisia toimintojani

2	
---	--

Minulla on kohtalaisia vaikeuksia suorittaa tavanomaisia toimintojani

3	
---	--

Minulla on suuria vaikeuksia suorittaa tavanomaisia toimintojani

4	
---	--

En kykene suorittamaan tavanomaisia toimintojani

5	
---	--

### 4. KIVUT / VAIVAT

Minulla ei ole kipuja tai vaivoja

1	
---	--

Minulla on lieviä verran kipuja tai vaivoja

2	
---	--

Minulla on kohtalaisia kipuja tai vaivoja

3	
---	--

Minulla on ankaria kipuja tai vaivoja

4	
---	--

Minulla on äärimmäisiä kipuja tai vaivoja

5	
---	--

### 5. AHDISTUNEISUUS / MASENNUS

En ole ahdistunut tai masentunut

1	
---	--

Olen lievästi ahdistunut tai masentunut

2	
---	--

Olen melko ahdistunut tai masentunut

3	
---	--

Olen erittäin ahdistunut tai masentunut

4	
---	--

Olen äärimmäisen ahdistunut tai masentunut

5	
---	--

EQ-5D terveystarkastus, 2/2

Paras terveys, jonka voitte kuvitella

Haluaisimme tietää, miten hyvä tai huono terveytenne on TÄNÄÄN

- Tämä asteikko on numeroitu 0-100.
- 100 merkitsee **parasta** terveyttä, jonka voitte kuvitella.  
0 merkitsee **huonointa** terveyttä, jonka voitte kuvitella.
- Merkitkää X asteikolle osoittamaan kuinka hyvä tai huono terveytenne on TÄNÄÄN.
- Nyt kirjoittakaa asteikolle merkitsemänne numero alla olevaan laatikkoon.

TERVEYTENNE TÄNÄÄN =

Huonoin terveys, jonka voitte kuvitella

