

Upphovsrätt - tillgänglighet

SF-36 Hälsoenkät är försedd med copyright knuten till Medical Outcomes Trust (MOT), 20 Park Plaza, Suite 1014, Boston, MA 02116-4313 och till Sektionen för vårdforskning, Sahlgrenska Universitetssjukhuset för den svenska versionen. Sektionen är, liksom MOT, en icke-vinstdrivande organisation som garanterar tillgängligheten av SF-36 samtidigt som standardiseringen av innehåll, poängberäkning, skalkonstruktioner och benämning av instrumentet skyddas. Distribution av allt SF-36 material samt SF-36 användarstöd sköts genom HRQL gruppen, ett kunskapsföretag vid Göteborgs universitet (www.hrql.se). Tillåtelse att använda SF-36 ges rutinmässigt efter registrering via dessa webbsidor. Enkäten får laddas ner kostnadsfritt från dessa webbsidor för icke-kommersiella användare och kan reproduceras med tillstånd från Sektionen för vårdforskning.

Tillstånd. Ert projekt erhåller genom registreringen tillstånd att använda SF-36. Tillståndet är knutet till ert projekt och inte till någon fysisk person. Tillståndet innebär inte att Sektionen godkänner själva projektet. *Observera att Du inte får göra ändringar i enkäten enligt reglerna för copyright. Endast auktoriserade formulär som finns att tillgå på Sektionen för vårdforskning är tillåtna.*

SF-36 Hälsoenkät. Psykometrisk testning av den svenska versionen är utförd och referenserna angivna här är att betrakta som grundreferens. För nedladdning finns 4 olika versioner av SF-36: standard-versionen (tidsperiod fyra veckor), akutversionen (tidsperiod sju dagar), vilken används vid longitudinella studier med relativt täta mätningar, scannerversion samt formulär med större text. Du kan kopiera formulären för eget bruk. Grundreferenser för svensk version är:

- Sullivan M, Karlsson J, Ware J. The Swedish SF-36 Health Survey-I. Evaluation of data quality, scaling assumptions, reliability and construct validity across general populations in Sweden, *Soc Sci Med* 1995; 41; 1349-1358.
- Persson L-O, Karlsson J, Bengtsson C, Steen B, Sullivan M. The Swedish SF-36 Health Survey II. Evaluation of clinical validity: Results from population studies of elderly and women in Gothenburg, *J Clin Epidemiol* 1998; 51; 1095-1103.
- Sullivan M, Karlsson J. The Swedish SF-36 Health Survey III. Evaluation of criterion-based validity: Results from normative population, *J Clin Epidemiol* 1998; 51; 1005-1113.

SF-36 Manualen. Manualen *SF-36 Hälsoenkät: Svensk Manual och Tolkningsguide* inkluderar diskett med SAS- och SPSS-koder för beräkning av skalor och index. Manualen finns att beställa genom HRQL gruppen. Manualen innehåller normtabeller för SF-36 i den svenska befolkningen, samt nödvändig information för att sammanföra svarsmönster till skalor. Se vidare bilagd information om manualens uppläggning och användning.

Manualen refereras som följer: *Sullivan M, Karlsson J, Taft C, Ware JE. SF-36 Hälsoenkät: Svensk Manual och Tolkningsguide, 2:a upplagan (Swedish Manual and Interpretation Guide, 2nd Edition). Gothenburg: Sahlgrenska University Hospital, 2002.*

SF-36 kan inte ändras på något sätt för Dina studiesyften. Om SF-36 ingår som en del i ett större frågebatteri är det önskvärt att SF-36 inleder om möjligt, då risk kan finnas att andra frågor om t ex symptom inverkar på svarsmönstret. Detta för att användare av SF-36 ska vara tillförsäkrade standardisering av innehåll och poängsättning utan undantag. Endast så kan jämförelser mellan olika studier bli korrekta och fruktbara.

Vi önskar Dig framgång med användning av SF-36 Hälsoenkät.

HÄLSOENKÄT

INSTRUKTION: Detta formulär innehåller frågor om hur Du ser på Din hälsa. Informationen skall hjälpa till att följa hur Du mår och fungerar i Ditt dagliga liv.

Besvara frågorna genom att sätta en ring runt den siffra Du tycker stämmer bäst in på Dig. Om Du är osäker, ringa ändå in den siffra som känns riktigast.

1. I allmänhet, skulle Du vilja säga att Din hälsa är:

(Sätt en ring runt en siffra)

- Utmärkt..... 1
- Mycket god 2
- God 3
- Någorlunda 4
- Dålig 5

2. Jämfört med för ett år sedan, hur skulle Du vilja bedöma Ditt allmänna hälsotillstånd nu?

(Sätt en ring runt en siffra)

- Mycket bättre nu än för ett år sedan..... 1
- Något bättre nu än för ett år sedan 2
- Ungefär detsamma..... 3
- Något sämre nu än för ett år sedan..... 4
- Mycket sämre nu än för ett år sedan..... 5

3. De följande frågorna handlar om aktiviteter som Du kan tänkas utföra under en vanlig dag. Är Du på grund av Ditt hälsotillstånd begränsad i dessa aktiviteter nu? Om så är fallet, hur mycket?

(Sätt en ring runt en siffra på varje rad)

	Ja, mycket begränsad	Ja, lite begränsad	Nej, inte alls begränsad
a. Ansträngande aktiviteter , som att springa, lyfta tunga saker, delta i ansträngande sporter	1	2	3
b. Måttligt ansträngande aktiviteter , som att flytta ett bord, dammsuga, skogspromenader eller trädgårdsarbete	1	2	3
c. Lyfta eller bära matkassar	1	2	3
d. Gå uppför flera trappor	1	2	3
e. Gå uppför en trappa	1	2	3
f. Böja Dig eller gå ner på knä	1	2	3
g. Gå mer än två kilometer	1	2	3
h. Gå några hundra meter	1	2	3
i. Gå hundra meter	1	2	3
j. Bada eller klä på Dig	1	2	3

4. Under de senaste fyra veckorna, har Du haft något av följande problem i Ditt arbete eller med andra regelbundna dagliga aktiviteter som en följd av Ditt kroppsliga hälsotillstånd?

(Sätta en ring runt en siffra på varje rad)

	JA	NEJ
a. Skurit ned den tid Du normalt ägnat åt arbete eller andra aktiviteter	1	2
b. Uträttat mindre än du skulle önskat	1	2
c. Varit hindrad att utföra vissa arbetsuppgifter eller andra aktiviteter	1	2
d. Haft svårigheter att utföra Ditt arbete eller andra aktiviteter (t.ex. genom att det krävde extra ansträngning)	1	2

5. Under de senaste fyra veckorna, har Du haft något av följande problem i Ditt arbete eller med andra regelbundna dagliga aktiviteter som en följd av känslomässiga problem (som t.ex. nedstämdhet eller ångslan)?

(Sätta en ring runt en siffra på varje rad)

	JA	NEJ
a. Skurit ned den tid Du normalt ägnat åt arbete eller andra aktiviteter	1	2
b. Uträttat mindre än Du skulle önskat	1	2
c. Inte utfört arbete eller andra aktiviteter så noggrant som vanligt	1	2

6. Under de senaste fyra veckorna, i vilken utsträckning har Ditt kroppsliga hälsotillstånd eller Dina känslomässiga problem stört Ditt vanliga umgänge med anhöriga, vänner, grannar eller andra?

(Sätt en ring runt en siffra)

- Inte alls 1
- Lite 2
- Måttligt 3
- Mycket 4
- Väldigt mycket 5

7. Hur mycket värk eller smärta har Du haft under de senaste fyra veckorna?

(Sätt en ring runt en siffra)

- Ingen 1
- Mycket lätt 2
- Lätt 3
- Måttlig 4
- Svår 5
- Mycket svår 6

8. Under de senaste fyra veckorna, hur mycket har värken eller smärtan stört Ditt normala arbete (innefattar både arbete utanför hemmet och hushållssysslor)?

(Sätt en ring runt en siffra)

Inte alls 1
 Lite 2
 Måttligt 3
 Mycket 4
 Våldigt mycket 5

9. Frågorna här handlar om hur Du känner Dig och hur Du haft det under de senaste fyra veckorna. Ange för varje fråga det svarsalternativ som bäst beskriver hur Du känt Dig. Hur stor del av tiden under de senaste fyra veckorna ...

(Sätt en ring runt en siffra på varje rad)

	Hela Tiden	Största delen av tiden	En hel del av tiden	En del av tiden	Lite av tiden	Inget av tiden
a. Har Du känt Dig riktigt pigg och stark?	1	2	3	4	5	6
b. Har Du känt Dig mycket nervös?	1	2	3	4	5	6
c. Har Du känt Dig så nedstämd att ingenting kunnat muntra upp Dig?	1	2	3	4	5	6
d. Har Du känt Dig lugn och harmonisk?	1	2	3	4	5	6
e. Har Du varit full av energi?	1	2	3	4	5	6
f. Har Du känt Dig dystert och ledsen?	1	2	3	4	5	6
g. Har Du känt Dig utsliten?	1	2	3	4	5	6
h. Har Du känt Dig glad och lycklig?	1	2	3	4	5	6
i. Har Du känt Dig trött?	1	2	3	4	5	6

10. Under de senaste fyra veckorna, hur stor del av tiden har Ditt kroppsliga hälsotillstånd eller Dina känslomässiga problem stört Dina möjligheter att umgås (t ex hälsa på släkt, vänner, etc.)?

(Sätt en ring runt en siffra)

- Hela tiden 1
- Största delen av tiden 2
- En del av tiden 3
- Lite av tiden 4
- Inget av tiden 5

11. Välj det svarsalternativ som bäst beskriver hur mycket vert och ett av följande påståenden STÄMMER eller INTE STÄMMER in på Dig.

(Sätt en ring runt en siffra på varje rad)

	Stämmer precis	Stämmer ganska bra	Osäker	Stämmer inte särskilt bra	Stämmer inte alls
a. Jag verkar ha lite lättare att bli sjuk än andra människor	1	2	3	4	5
b. Jag är lika frisk som vem som helst av dem jag känner	1	2	3	4	5
c. Jag tror min hälsa kommer att bli sämre	1	2	3	4	5
d. Min hälsa är utmärkt	1	2	3	4	5