

EQ-5D-5L validoitu elämänlaatumittari

(Lääkebarometri 2015, 2017, tulossa toteutukseen 2021)

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

**LIKKUMINEN**

- Minulla ei ole vaikeuksia kävelemissä
- Minulla on lieviä vaikeuksia kävelemissä
- Minulla on kohtalaisia vaikeuksia kävelemissä
- Minulla on suuria vaikeuksia kävelemissä
- En kykene kävelemään

**ITSESTÄÄN HUOLEHTIMINEN**

- Minulla ei ole vaikeuksia peseytyä tai pukeutua itse
- Minulla on lieviä vaikeuksia peseytyä tai pukeutua itse
- Minulla on kohtalaisia vaikeuksia peseytyä tai pukeutua itse
- Minulla on suuria vaikeuksia peseytyä tai pukeutua itse
- En kykene peseytymään tai pukeutumaan itse

**TAVANOMAISET TOIMINNOT** (esim. ansiotyö, opiskelu, kotityö, vapaa-ajan toiminnot)

- Minulla ei ole vaikeuksia suorittaa tavanomaisia toimintojani
- Minulla on lieviä vaikeuksia suorittaa tavanomaisia toimintojani
- Minulla on kohtalaisia vaikeuksia suorittaa tavanomaisia toimintojani
- Minulla on suuria vaikeuksia suorittaa tavanomaisia toimintojani
- En kykene suorittamaan tavanomaisia toimintojani

**KIVUT / VAIVAT**

- Minulla ei ole kipuja tai vaivoja
- Minulla on lieviä kipuja tai vaivoja
- Minulla on kohtalaisia kipuja tai vaivoja
- Minulla on ankaria kipuja tai vaivoja
- Minulla on äärimmäisiä kipuja tai vaivoja

**AHDISTUNEISUUS / MASENNUS**

En ole ahdistunut tai masentunut

Olen lievästi ahdistunut tai masentunut

Olen melko ahdistunut tai masentunut

Olen erittäin ahdistunut tai masentunut

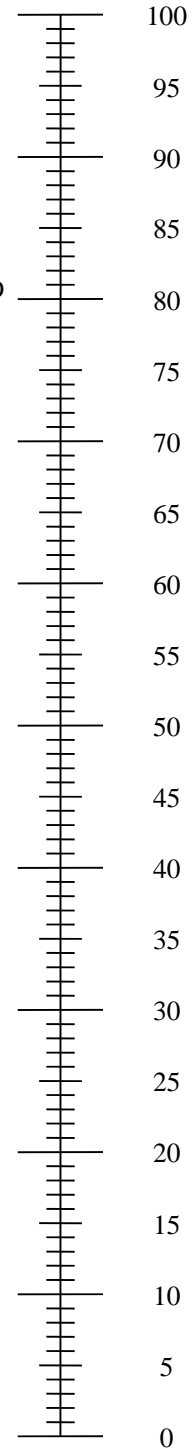
Olen äärimmäisen ahdistunut tai masentunut

**36. 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 =

Paras terveys,  
jonka voitte  
kuvitella



Huonoin terveys,  
jonka voitte  
kuvitella