



BETAMI Study



BEta-Blocker **T**reatment after
Acute **M**ycocardial **I**nfarction

Spørsmål som tilsendes pasientene etter 30 dager og hver 6. måned

HELSE OG LIVSSTIL

Er du fysisk aktiv slik at du blir varm/svett?

Sett ett kryss

- Minst 30 minutter 5 ganger i uken.....
- Mindre enn 30 minutter 5 ganger i uken.....
- Minst en gang i uken.....
- Aldri eller mindre enn en gang i uken.....

Omtrent hvor mange timer per uke bedriver du fysisk aktivitet med lett eller moderat intensitet (gå tur, danse, sykle osv):.....

Omtrent hvor mange timer per uke bedriver du fysisk aktivitet med hard intensitet slik at du blir varm og svett (gå raskt i motbakke, løpe osv):.....

Hvordan er ditt fysiske aktivitetsnivå i forhold til før du fikk hjerteinfarkt ?

Sett ett kryss

- Mye høyere.....
- Noe høyere.....
- Stort sett uendret.....
- Noe redusert.....
- Betydelig redusert.....

Spiser du fisk som pålegg/middag 3 ganger eller mer i uken? Ja..... nei....

Spiser du grønnsaker 3 ganger eller mer i uken? Ja..... nei....



Hvordan er inntak av fisk og grønt i forhold til før du fikk hjerteinfarkt ?

Sett ett kryss

- Mye høyere.....
- Noe høyere.....
- Stort sett uendret.....
- Noe redusert.....
- Betydelig redusert.....

Deltar du eller har du deltatt i hjertetrening på sykehuset eller et aktivitetstilbud i kommunen (f.eks frisklivssentralen) etter hjerteinfarkt?

Sett ett eller flere kryss

- Deltar eller har deltatt i sykehusbasert trening og hjerteskolet.....
- Deltar eller har deltatt på aktivitet i regi av kommunens frisklivssentral eller tilsvarende kommunalt tilbud.....
- Er tilbudt, men har aldri deltatt i noen organisert form for fysisk aktivitet.....
- Har ikke fått tilbud om noen organisert form for fysisk aktivitet.....

Har du vært hos fastlegen din for oppfølging etter hjerteinfarkt?

Sett ett kryss

- Har vært hos fastlege til oppfølging den siste måneden
- Har vært hos fastlege for oppfølging siste 6 måneder.....
- Har vært hos fastlege for oppfølging siste 12-24 måneder
- Har ikke vært til oppfølging hos fastlege.....

Hva er din høyde (cm)?

Hva er vekten din (kg)?



Har du vært innlagt på sykehus med hjertesykdom (f.eks nytt hjerteinfarkt, angina, behov for utblokking/hjerteoperasjon, hjerteflimmer eller hjertesvikt) **siden du deltok i studien?**

Ja.... Nei...

Bruker du medisiner av typen betablokker?

(f.eks Selo-zok, Emconcor, Metoprolol, Carvedilol, Atenolol, Tenormin, Bisprolol, Unilock)?

Ja.... Nei...

Bruker du kolesterolsenkende medisiner av typen statiner?

(f.eks Simvastatin, Lipitor, Lescol, Pravachol, Zocor, Pravastatin Lovastatin, Atorvastatin, Crestor, Atozet)?

Ja.... Nei...

Hvor ofte tok du dine hjertemedisiner (kolesterol og blodfortynnende) som forskrevet sist uke?

Sett ett kryss

Hver dag 6 av 7 dager 5 av 7 dager 4 av 7 dager < 4 av 7 dager Jeg tar de ikke

Røyker du? Sett ett kryss

Aldri røkt.....

Sluttet å røyke for mindre enn 30 dager siden

Sluttet å røyke for mer enn 30 dager siden

Ja, røyker daglig.....

Røyker av og til.....

Dersom du røyker, har du ønsker eller planer om å slutte?

Sett ett kryss

Ja, forsøker

Ja, har planer

Ja, ønsker

Nei



På en skala fra 0 (verst tenkelig) til 100 (best tenkelig), hvordan har du det om dagen?.....

SYMPTOMER

Har du vært plaget med pusten din de siste 3 måneder? (Sett ett kryss)

- Ingen symptomer ved fysisk aktivitet
- Ingen symptomer ved dagligdagse aktiviteter
- Lett begrensning i fysisk aktivitet
- Ingen symptomer i hvile eller ved lett fysisk anstrengelse.....
- Uttalt begrensning i fysisk aktivitet
- Symptomfri bare i hvile.....
- Symptomer i hvile.....

Har du vært plaget med brystmerter de siste 3 måneder? (Sett ett kryss)

- Ingen brystmerter.....
- Symptomer kun ved store anstrengelser som rask gange i motbakke/løping
- Symptomer ved moderate anstrengelser som rask gange på flatt underlag
- Symptomer ved minimale anstrengelser som få meters gange.....
- Symptomer i hvile.....

Har du opplevd bivirkninger når du har tatt dine hjertemedisiner?

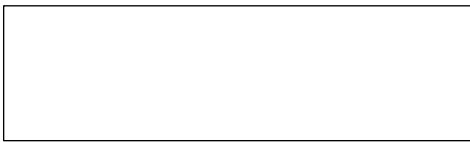
Ja.... Nei...

Har bivirkninger ved hjertemedisiner medført at du har sluttet med å ta medisiner?

Ja.... Nei

Har bivirkninger ved hjertemedisiner medført at du har slurvet med å ta medisiner?

Ja.... Nei...



I løpet av de siste 2 ukene, hvor ofte har du vært plaget med ett eller flere av disse problemene?

(sett ring rundt ett tall)

Liten interesse for eller glede over å gjøre ting?

0. Ikke i det hele tatt 1. Noen dager 2. Mer enn 7 dager 3. Nesten hver dag

Følt deg nedfor, deprimert eller fylt av håpløshet

0. Ikke i det hele tatt 1. Noen dager 2. Mer enn 7 dager 3. Nesten hver dag

Har du hatt noen av disse plagene de siste 3 månedene? Sett ett kryss per linje

	Nei	Mindre enn vanlig	Ikke mer enn vanlig	Mer enn vanlig
1 Kalde hender eller føtter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Mareritt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Generell utmattelse/slitenhet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Sovet dårlig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Irritabel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 Svimmelhet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 Angst, uro eller anspenhet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 Generelle muskelsmerter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 Muskelsmerter i armer og ben	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 Seksualproblemer (impotens, nedsatt lyst og lignende)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



På spørreskjemaet på neste side er det 6 spørsmål knyttet til søvn og tretthet. Vær vennlig og sett ring rundt det alternativet (antall dager pr uke) som passer best for deg.

0 er ingen dager i løpet av en uke og **7** er alle dager i løpet av en uke.

Eksempel

Hvis du 3 dager i løpet av en uke har brukt mer enn 30 minutter på å sovne etter at du har slukket lyset, setter du ring rundt alternativ 3.

0 1 2 **3** 4 5 6 7



I løpet av den siste måneden, hvor mange dager pr. uke har du brukt mer enn 30 minutter for å sovne inn etter at lysene ble slukket?

Antall dager pr. uke

1. I løpet av den siste måneden, hvor mange dager pr. uke har du brukt mer enn 30 minutter for å sovne inn etter at lysene ble slukket?

0 1 2 3 4 5 6 7

2. I løpet av den siste måneden, hvor mange dager pr. uke har du vært våken mer enn 30 minutter på natten?

0 1 2 3 4 5 6 7

3. I løpet av den siste måneden, hvor mange dager pr. uke har du våknet mer enn 30 minutter tidligere enn du har ønsket uten å få sove igjen?

0 1 2 3 4 5 6 7

4. I løpet av den siste måneden hvor mange dager pr. uke har du følt deg for lite uthvilt etter å ha sovet?

0 1 2 3 4 5 6 7

5. I løpet av den siste måneden, hvor mange dager pr. uke har du vært så søvnig/trett at det har gått ut over skole/jobb eller privatlivet?

0 1 2 3 4 5 6 7

6. I løpet av den siste måneden, hvor mange dager pr. uke har du vært misfornøyd med søvnen din?

0 1 2 3 4 5 6 7

7. Hvor mange timer sover du vanligvis per døgn (gjennomsnittlig)

timer og minutter per døgn

8. Hvor mange dager har du brukt sovemedisiner siste uke? Dager

Hyppighet av mareritt og ubehagelige drømmer

Del 1: Hyppighet – antall netter

Med utgangspunkt i de siste tre månedene, vær vennlig å angi hvor ofte du i gjennomsnitt opplever mareritt og ubehagelige drømmer ved å velge en av de følgende kategorier basert på antall netter du har mareritt.

Velg bare en kolonne fra de fire som du finner under og sett ring rundt ett av alternativene i denne kolonnen.

Null	Årlig	Månedlig	Ukentlig
0 netter	1 natt per år	1 natt per måned	1 natt per uke
	2 netter per år (1 hver 6.måned)	2 netter per måned	2 netter per uke
	3 netter per år (1 hver 4.måned)	3 netter per måned	3 netter per uke
	4 netter per år (1 hver 3.måned)		4 netter per uke
	5 netter per år		5 netter per uke
	6 netter per år (1 hver 2. måned)		6 netter per uke
	7 netter per år		7 netter per uke
	8 netter per år		
	9 netter per år		
	10 netter per år		
	11 netter per år		

Del 2. Hyppighet - antall mareritt og ubehagelige drømmer

Med utgangspunkt i de siste tre månedene, vær vennlig å angi i gjennomsnitt hvor mange mareritt og ubehagelige drømmer du opplever ved å velge en av de følgende kategorier basert på antall mareritt du har opplevd.

Velg bare en kolonne fra de fire som du finner under og sett ring rundt ett av alternativene i denne kolonnen.

Null	Årlig	Månedlig	Ukentlig
0 netter	1 mareritt per år	1 mareritt per måned	1 mareritt per uke
	2 mareritt per år (1 hver 6.) måned)	2 mareritt per måned	2 mareritt per uke
	3 mareritt per år (1 hver 4.måned)	3 mareritt per måned	3 mareritt per uke
	4 mareritt per år (1 hver 3.måned)		4 mareritt per uke
	5 mareritt per år		5 mareritt per uke
	6 mareritt per år (1 hver 2. måned)		6 mareritt per uke
	7 mareritt per år		7 mareritt per uke
	8 mareritt per år		_mareritt per uke ^a
	9 mareritt per år		
	10 mareritt per år		
	11 mareritt per år		

^a Dersom det totale antall mareritt og ubehagelige drømmer du opplever er mer enn 7 per uke, vær vennlig å angi det gjennomsnittlige antallet mareritt for en typisk uke ved å skrive tallet inn i den åpne linjen. Om en person for eksempel har 2 mareritt i gjennomsnitt hver natt så blir dette totalt 14 mareritt per uke.

Her kommer noen spørsmål om hvordan du føler deg. For hvert spørsmål setter du et kryss for ett av de fire svarene som best beskriver dine følelser **den siste uken**. Ikke tenk for lenge på svaret – de spontane svarene er best.

1. Jeg er nervøs eller anspent	8. Jeg føler meg som om alt går langsommere
<input type="checkbox"/> For det meste <input type="checkbox"/> Ofte <input type="checkbox"/> Noen ganger <input type="checkbox"/> Ikke i det hele tatt	<input type="checkbox"/> Nesten hele tiden <input type="checkbox"/> Svært ofte <input type="checkbox"/> Fra tid til annen <input type="checkbox"/> Ikke i det hele tatt
2. Jeg gleder meg fortsatt over ting jeg pleide å glede meg over	9. Jeg føler meg urolig liksom jeg har sommerfugler i magen
<input type="checkbox"/> Avgjort like mye <input type="checkbox"/> Ikke fullt så mye <input type="checkbox"/> Bare lite grann <input type="checkbox"/> Ikke i det hele tatt	<input type="checkbox"/> Ikke i det hele tatt <input type="checkbox"/> Fra tid til annen <input type="checkbox"/> Ganske ofte <input type="checkbox"/> Svært ofte
3. Jeg har en urofølelse som om noe forferdelig kommer til å skje	10. Jeg har sluttet å bry meg om hvordan jeg ser ut
<input type="checkbox"/> Helt sikkert og svært ille <input type="checkbox"/> Ja, men ikke så veldig ille <input type="checkbox"/> Litt ille, men det bekymrer meg ikke så mye <input type="checkbox"/> Ikke i det hele tatt	<input type="checkbox"/> Ja, helt klart <input type="checkbox"/> Jeg bryr meg ikke så mye som jeg burde <input type="checkbox"/> Det kan nok hende jeg ikke bryr meg nok <input type="checkbox"/> Jeg bryr meg utseendet like mye som jeg alltid har gjort
4. Jeg kan le og se det morsomme i situasjoner	11. Jeg føler meg rastløs som om jeg stadig må være i aktivitet
<input type="checkbox"/> Like mye som jeg alltid har gjort <input type="checkbox"/> Ikke like mye nå som før <input type="checkbox"/> Avgjort ikke så mye nå som før <input type="checkbox"/> Ikke i det hele tatt	<input type="checkbox"/> Uten tvil svært mye <input type="checkbox"/> Ganske mye <input type="checkbox"/> Ikke så veldig mye <input type="checkbox"/> Ikke i det hele tatt
5. Jeg har hodet fullt av bekymringer	12. Jeg ser med glede frem til hendelser og ting
<input type="checkbox"/> Veldig ofte <input type="checkbox"/> Ganske ofte <input type="checkbox"/> Av og til <input type="checkbox"/> En gang i blant	<input type="checkbox"/> Like mye som jeg alltid har gjort <input type="checkbox"/> Heller mindre enn jeg pleier <input type="checkbox"/> Avgjort mindre enn jeg pleier <input type="checkbox"/> Nesten ikke i det hele tatt

6. Jeg er i godt humør	13 Jeg kan plutselig få en følelse av panikk
<input type="checkbox"/> Aldri <input type="checkbox"/> Noen ganger <input type="checkbox"/> Ganske ofte <input type="checkbox"/> For det meste	<input type="checkbox"/> Uten tvil svært ofte <input type="checkbox"/> Svært ofte <input type="checkbox"/> Ikke så veldig ofte <input type="checkbox"/> Ikke i det hele tatt
7. Jeg kan sitte i fred og ro og kjenne meg avslappet	14. Jeg kan glede meg over en god bok eller et radio eller et TV program
<input type="checkbox"/> Ja, helt klart <input type="checkbox"/> Vanligvis <input type="checkbox"/> Ikke så ofte <input type="checkbox"/> Ikke i det hele tatt	<input type="checkbox"/> Ofte <input type="checkbox"/> Fra tid til annen <input type="checkbox"/> Ikke så ofte <input type="checkbox"/> Svært sjelden

SEKSUALLIVET

Har du vært seksuelt aktiv de siste 12 måneder

Ja.... Nei....

Har du svart nei på spørsmålet over, er du ferdig med spørreskjemaet. Vi takker for din besvarelse.

Har du fast seksualpartner Sett ring rundt ett tall

1. Fast partner
2. Partner av og til
3. Ingen fast partner

Er du **MANN** vennligst besvar de 15 spørsmålene nedenfor. Er du **KVINNE** vennligst gå til side 17 for å besvare spørsmål om kvinners seksualliv.



SPØRRESKJEMA OM MENS SEKSUALLIV

Disse spørsmålene handler om seksuallivet ditt **de siste fire ukene**. Vennligst svar så tydelig og ærlig som mulig. Vennligst svar på hvert enkelt spørsmål med én markering i de respektive rubrikkene. Hvis du ikke er sikker på svaret, så svar allikevel så godt du kan.

For disse spørsmålene gjelder følgende definisjoner:

*** Samleie**

Defineres som penetrering i partnerens skjede.

**** Seksuell aktivitet**

Omfatter samleie, petting, forspill og onani.

***** Utløsning**

Defineres som sædavgang fra penis (eller fornemmelsen av dette).

****** Seksuell stimulering**

Inkluderer kjærlighetslek med partner, se på erotiske bilder osv.

1. Hvor ofte fikk du ereksjon under utføringen av seksuell aktivitet de siste fire ukene?**

Vennligst bare marker ett alternativ.

- Ingen seksuell aktivitet.....
- Nesten alltid eller alltid.....
- Mesteparten av tiden (langt over halvparten).....
- Av og til (ca. halvparten av tiden).....
- Noen få ganger (langt under halvparten av tiden)
- Nesten aldri eller aldri.....

2. Hvis du fikk ereksjon ved seksuell stimulering**** i løpet av de siste fire ukene, hvor ofte var ereksjonen hard nok for penetrering?

Vennligst bare marker ett alternativ.

- Ingen seksuell stimulering.....
- Nesten alltid eller alltid.....
- Mesteparten av tiden (langt over halvparten).....
- Av og til (ca. halvparten av tiden).....
- Noen få ganger (langt under halvparten av tiden)
- Nesten aldri eller aldri.....



De neste tre spørsmålene handler om din ereksjon under samleie*.

3. Når du, i løpet av de siste fire ukene, forsøkte å ha samleie*, hvor ofte var du i stand til å trenge inn i partneren din?

Vennligst bare marker ett alternativ.

- Prøvde ikke å ha samleie
- Nesten alltid eller alltid.....
- Mesteparten av tiden (langt over halvparten).....
- Av og til (ca. halvparten av tiden).....
- Noen få ganger (under halvparten av tiden).....
- Nesten aldri eller aldri.....

4. Hvor ofte i løpet av de siste fire ukene var du i stand til å bevare ereksjonen under samleie etter at du trengte inn i partneren din?

Vennligst bare marker ett alternativ.

- Prøvde ikke å ha samleie
- Nesten alltid eller alltid.....
- Mesteparten av tiden (langt over halvparten).....
- Av og til (ca. halvparten av tiden).....
- Noen få ganger (under halvparten av tiden).....
- Nesten aldri eller aldri.....

5. Hvor vanskelig var det å bevare ereksjonen under samleiet og frem til samleiet var fullført i løpet av de siste fire ukene?

Vennligst bare marker ett alternativ.

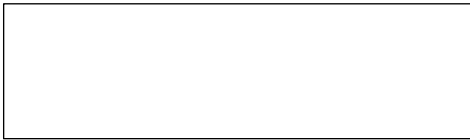
- Prøvde ikke å ha samleie
- Ytterst vanskelig
- Veldig vanskelig
- Vanskelig
- Litt vanskelig
- Ikke vanskelig

* **Samleie:** Defineres som penetrering i partnerens skjede.

** **Seksuell aktivitet:** Omfatter samleie, petting, forspill og onani.

*** **Utløsning:** Defineres som sædavgang fra penis (eller fornemmelsen av dette).

**** **Seksuell stimulering:** Inkluderer kjærlighetslek med partner, se på erotiske bilder osv.



6. Hvor mange ganger har du forsøkt å ha samleie de siste fire ukene?

Vennligst bare marker ett alternativ.

- | | |
|-----------------------------|--------------------------|
| Ingen forsøk | <input type="checkbox"/> |
| 1–2 forsøk | <input type="checkbox"/> |
| 3–4 forsøk | <input type="checkbox"/> |
| 5–6 forsøk | <input type="checkbox"/> |
| 7–10 forsøk | <input type="checkbox"/> |
| 11 eller flere forsøk | <input type="checkbox"/> |

7. Når du forsøkte å ha samleie* de siste fire ukene, hvor ofte var det tilfredsstillende for deg?

Vennligst bare marker ett alternativ.

- | | |
|---|--------------------------|
| Prøvde ikke å ha samleie | <input type="checkbox"/> |
| Nesten alltid eller alltid..... | <input type="checkbox"/> |
| Mesteparten av tiden (langt over halvparten)..... | <input type="checkbox"/> |
| Av og til (ca. halvparten av tiden)..... | <input type="checkbox"/> |
| Noen få ganger (under halvparten av tiden)..... | <input type="checkbox"/> |
| Nesten aldri eller aldri..... | <input type="checkbox"/> |

8. Hvor stor nytelse har du hatt av samleie* i løpet av de siste fire ukene?

Vennligst bare marker ett alternativ.

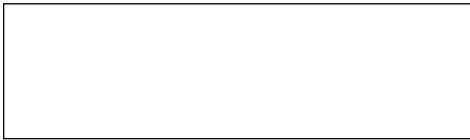
- | | |
|----------------------------|--------------------------|
| Ikke hatt samleie | <input type="checkbox"/> |
| Utrolig stor nytelse | <input type="checkbox"/> |
| Stor nytelse | <input type="checkbox"/> |
| Rimelig stor nytelse | <input type="checkbox"/> |
| Ingen stor nytelse | <input type="checkbox"/> |
| Ingen nytelse | <input type="checkbox"/> |

* **Samleie:** Defineres som penetrering i partnerens skjede.

** **Seksuell aktivitet:** Omfatter samleie, petting, forspill og onani.

*** **Utløsning:** Defineres som sædavgang fra penis (eller fornemmelsen av dette).

**** **Seksuell stimulering:** Inkluderer kjærlighetslek med partner, se på erotiske bilder osv.



9. Når du, i løpet av de siste fire ukene, ble seksuelt stimulert** eller hadde samleie, hvor ofte fikk du utløsning?**

Vennligst bare marker ett alternativ.

- Ingen seksuell stimulering eller ikke hatt samleie
- Nesten alltid eller alltid.....
- Mesteparten av tiden (langt over halvparten).....
- Av og til (ca. halvparten av tiden).....
- Noen få ganger (under halvparten av tiden).....
- Nesten aldri eller aldri.....

10. Når du, i løpet av de siste fire ukene, ble seksuelt stimulert** eller hadde samleie, hvor ofte fikk du fornemmelsen av orgasme med eller uten utløsning***?**

Vennligst bare marker ett alternativ.

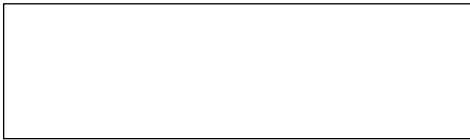
- Ingen seksuell stimulering eller ikke hatt samleie
- Nesten alltid eller alltid.....
- Mesteparten av tiden (langt over halvparten).....
- Av og til (ca. halvparten av tiden).....
- Noen få ganger (under halvparten av tiden).....
- Nesten aldri eller aldri.....

* **Samleie:** Defineres som penetrering i partnerens skjede.

** **Seksuell aktivitet:** Omfatter samleie, petting, forspill og onani.

*** **Utløsning:** Defineres som sædavgang fra penis (eller fornemmelsen av dette).

**** **Seksuell stimulering:** Inkluderer kjærlighetslek med partner, se på erotiske bilder osv.



De neste to spørsmålene handler om seksuell lyst. La oss definere seksuell lyst som en følelse som kan omfatte det at man ønsker en seksuell opplevelse (f.eks. onani eller samleie*), at man tenker på sex eller at man føler seg frustrert pga. mangel på sex.

11. Hvor ofte har du følt seksuell lyst i løpet av de siste fire ukene?

Vennligst bare marker ett alternativ.

- | | |
|---|--------------------------|
| Nesten alltid eller alltid..... | <input type="checkbox"/> |
| Mesteparten av tiden (langt over halvparten)..... | <input type="checkbox"/> |
| Av og til (ca. halvparten av tiden)..... | <input type="checkbox"/> |
| Noen få ganger (under halvparten av tiden)..... | <input type="checkbox"/> |
| Nesten aldri eller aldri..... | <input type="checkbox"/> |

12. Hvordan vil du vurdere nivået ditt med hensyn til seksuell lyst i løpet av de siste fire ukene?

Vennligst bare marker ett alternativ.

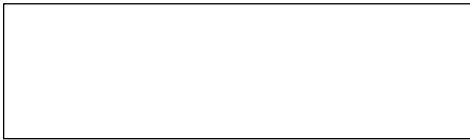
- | | |
|-----------------------------------|--------------------------|
| Veldig høyt | <input type="checkbox"/> |
| Høyt | <input type="checkbox"/> |
| Middels | <input type="checkbox"/> |
| Lavt | <input type="checkbox"/> |
| Veldig lavt eller fraværende..... | <input type="checkbox"/> |

* **Samleie:** Defineres som penetrering i partnerens skjede.

** **Seksuell aktivitet:** Omfatter samleie, petting, forspill og onani.

*** **Utløsning:** Defineres som sædavgang fra penis (eller fornemmelsen av dette).

**** **Seksuell stimulering:** Inkluderer kjærlighetslek med partner, se på erotiske bilder osv.



**13. Hvor tilfreds har du vært med sexlivet generelt de siste fire ukene?
Vennligst bare marker ett alternativ.**

- Veldig tilfreds.....
- Ganske tilfreds.....
- Verken/eller.....
- Litt utilfreds.....
- Veldig utilfreds.....

**14. Hvor tilfreds har du vært med det seksuelle forholdet til din partner de siste fire ukene?
Vennligst bare marker ett alternativ.**

- Veldig tilfreds.....
- Ganske tilfreds.....
- Verken/eller.....
- Litt utilfreds.....
- Veldig utilfreds.....

**15. Hvordan vil du vurdere din tiltro til å kunne oppnå og bevare en ereksjon i løpet av de siste fire ukene?
Vennligst bare marker ett alternativ.**

- Veldig stor
- Stor.....
- Middels
- Liten.....
- Veldig liten.....

* **Samleie:** Defineres som penetrering i partnerens skjede.
** **Seksuell aktivitet:** Omfatter samleie, petting, forspill og onani.
*** **Utløsning:** Defineres som sædavgang fra penis (eller fornemmelsen av dette).
**** **Seksuell stimulering:** Inkluderer kjærlighetslek med partner, se på erotiske bilder osv.



Er du **KVINNE** vennligst besvar de 19 spørsmålene nedenfor.

SPØRRESKJEMA OM KVINNERS SEKSUALLIV (FSFI)©

VEILEDNING: Disse spørsmålene handler om dine seksuelle følelser og reaksjoner de siste fire ukene. Du skal svare på spørsmålene så oppriktig og tydelig som mulig. Svarene dine behandles helt anonymt.

For disse spørsmålene gjelder følgende definisjoner:

Seksuell aktivitet kan omfatte kjærtegn, forspill, masturbering (onani) og vaginalt samleie.

Samleie defineres som penetrering (innføring) av penis.

Seksuell stimulering omfatter situasjoner som for eksempel forspill med partner, egenstimulering (masturbering) eller seksuelle fantasier.

DU SKAL BARE AVGI ETT SVAR PER SPØRSMÅL

Lyst på eller interesse for sex er en følelse som omfatter at man har lyst på en seksuell opplevelse, at man er mottakelig overfor en partners seksuelle initiativ samt at man tenker på eller fantasierer om sex.

1. Hvor ofte i løpet av de siste fire ukene har du hatt lyst på eller vært interessert i sex?

- = Hele tiden eller nesten hele tiden
- = En stor del av tiden (mer enn halvparten av tiden)
- = Av og til (ca. halvparten av tiden)
- = Noen få ganger (mindre enn halvparten av tiden)
- = Aldri eller nesten aldri

2. **Hvordan vil du bedømme nivået (graden) av din lyst på sex eller interesse for sex i løpet av de siste fire ukene?**

- = Veldig høyt
- = Høyt
- = Moderat
- = Lavt
- = Veldig lavt eller ingen lyst over hode

Seksuell opphisselse er en følelse som omfatter både fysiske og psykiske forhold ved seksuell opphisselse. Det kan være en følelse av varme eller en dunkende fornemmelse i kjønnsdelene, våthet eller muskelsammentrekninger.

3. **Hvor ofte i løpet av de siste fire ukene har du følt deg seksuelt opphisset (tent) under seksuell aktivitet eller samleie?**

- = Har ikke vært seksuelt aktiv
- = Hver gang eller nesten hver gang
- = De fleste ganger (mer enn halvparten av gangene)
- = Noen ganger (ca. halvparten av gangene)
- = Noen få ganger (mindre enn halvparten av gangene)
- = Aldri eller nesten aldri

4. **Hvordan vil du bedømme nivået av din seksuelle opphisselse (tenning) ved seksuell aktivitet eller samleie de siste fire ukene?**

- = Har ikke vært seksuelt aktiv
- = Veldig høyt
- = Høyt
- = Moderat
- = Lavt
- = Veldig lavt eller ingen lyst over hode

5. **Hvor stor tiltro har du hatt til at du kunne bli seksuelt opphisset ved seksuell aktivitet eller samleie de siste fire ukene?**

- = Har ikke vært seksuelt aktiv
- = Veldig stor tiltro
- = Stor tiltro
- = Moderat tiltro
- = Liten tiltro
- = Veldig liten eller ingen tiltro

6. **Hvor ofte i løpet av de siste fire ukene har du vært tilfreds med din opphisselse (tenning) under seksuell aktivitet eller samleie?**

- = Har ikke vært seksuelt aktiv
- = Hver gang eller nesten hver gang
- = De fleste ganger (mer enn halvparten av gangene)
- = Noen ganger (ca. halvparten av gangene)
- = Noen få ganger (mindre enn halvparten av gangene)
- = Aldri eller nesten aldri

7. **Hvor ofte i løpet av de siste fire ukene ble du våt ved seksuell aktivitet eller samleie?**

- = Har ikke vært seksuelt aktiv
- = Hver gang eller nesten hver gang
- = De fleste ganger (mer enn halvparten av gangene)
- = Noen ganger (ca. halvparten av gangene)
- = Noen få ganger (mindre enn halvparten av gangene)
- = Aldri eller nesten aldri

8. **Hvor vanskelig var det å bli våt ved seksuell aktivitet eller samleie de siste fire ukene?**

- = Har ikke vært seksuelt aktiv
- = Ekstremt vanskelig eller umulig
- = Veldig vanskelig
- = Vanskelig
- = Litt vanskelig
- = Ikke vanskelig

9. **Hvor ofte var du våt under hele den seksuelle aktiviteten eller samleiet de siste fire ukene?**

- = Har ikke vært seksuelt aktiv
- = Hver gang eller nesten hver gang
- = De fleste ganger (mer enn halvparten av gangene)
- = Noen ganger (ca. halvparten av gangene)
- = Noen få ganger (mindre enn halvparten av gangene)
- = Aldri eller nesten aldri

10. **Hvor vanskelig har det vært å være våt under hele den seksuelle aktiviteten eller samleiet de siste fire ukene?**

- = Har ikke vært seksuelt aktiv
- = Ekstremt vanskelig eller umulig
- = Veldig vanskelig
- = Vanskelig
- = Litt vanskelig
- = Ikke vanskelig

11. **Hvor ofte i løpet av de siste fire ukene opplevde du orgasme (nådd klimaks) ved seksuell stimulering eller samleie?**

- = Har ikke vært seksuelt aktiv
- = Hver gang eller nesten hver gang
- = De fleste ganger (mer enn halvparten av gangene)
- = Noen ganger (ca. halvparten av gangene)
- = Noen få ganger (mindre enn halvparten av gangene)
- = Aldri eller nesten aldri

12. **Hvor vanskelig var det å oppnå orgasme (klimaks) ved seksuell stimulering eller samleiet de siste fire ukene?**

- = Har ikke vært seksuelt aktiv
- = Ekstremt vanskelig eller umulig
- = Veldig vanskelig
- = Vanskelig
- = Litt vanskelig
- = Ikke vanskelig

13. **Hvor tilfreds har du vært med din evne til å oppnå orgasme (klimaks) ved seksuell aktivitet eller samleie de siste fire ukene?**

- = Har ikke vært seksuelt aktiv
- = Veldig tilfreds
- = Moderat tilfreds
- = Verken/eller
- = Moderat utilfreds
- = Veldig utilfreds

14. Hvor tilfreds har du vært med graden av følelsesmessig nærhet mellom deg og partneren din ved seksuell aktivitet de siste fire ukene?

- = Har ikke vært seksuelt aktiv
- = Veldig tilfreds
- = Moderat tilfreds
- = Verken/eller
- = Moderat utilfreds
- = Veldig utilfreds

15. Hvor tilfreds har du vært med det seksuelle forholdet til din partner de siste fire ukene?

- = Veldig tilfreds
- = Moderat tilfreds
- = Verken/eller
- = Moderat utilfreds
- = Veldig utilfreds

16. Hvor tilfreds har du vært med sexlivet generelt de siste fire ukene?

- = Veldig tilfreds
- = Moderat tilfreds
- = Verken/eller
- = Moderat utilfreds
- = Veldig utilfreds

17. Hvor ofte har du opplevd ubehag eller smerter under vaginal penetrering de siste fire ukene?

- = Har ikke forsøkt å ha samleie
- = Hver gang eller nesten hver gang
- = De fleste ganger (mer enn halvparten av gangene)
- = Noen ganger (ca. halvparten av gangene)
- = Noen få ganger (mindre enn halvparten av gangene)
- = Aldri eller nesten aldri

18. Hvor ofte har du opplevd ubehag eller smerter etter vaginal penetrering de siste fire ukene?

- = Har ikke forsøkt å ha samleie
- = Hver gang eller nesten hver gang
- = De fleste ganger (mer enn halvparten av gangene)
- = Noen ganger (ca. halvparten av gangene)
- = Noen få ganger (mindre enn halvparten av gangene)
- = Aldri eller nesten aldri

19. Hvordan vil du bedømme nivået (graden) av ubehag eller smerte ved vaginal penetrering de siste fire ukene?

- = Har ikke forsøkt å ha samleie
- = Veldig høyt
- = Høyt
- = Moderat
- = Lavt
- = Veldig lavt eller ingen lyst over hode