

Helseundersøkinga i Hordaland

Høyr:

Hjartet slår. Vi lever.
Kroppen rører på seg.
Vi rører på oss, vi
utviklar oss. Vi er
allereie komne langt. Vi
har kjempa og vunne.
Av og til har vi tapt. Vi
har prøvd å elske, av
og til fekk vi det til og
det var lukke, andre
gonger snubla vi i oss
sjølve og miståkkret
Vi er midt i livet.

**Bruk
ein time
på eit
betre liv.**





HUSK

Vi husk på tjuv år tilbake og tjuv år framover. Beste helst held. Beste jobben held. Beste vi ikke legg på oss. Beste det gir oss mest glede. Beste vi blir eldre og kan la oss til. Beste vi lever.

Invitasjon til helseundersøking

Dette er ein invitasjon til å kome til ein helsesjekk. I brevet som følgjer med, står timen din. Set av tid med det same!

Gjennom ei landsomfattande undersøking ser vi på ei rekke faktorar som verkar inn på helsa di, i dag og på litt lenger sikt. Dette er ein fin sjanse til å gjere opp status når det gjeld eiga helse.

Undersøkinga vil fortelje om du er i faresona for enkelte sjukdomar, og du vil få eit brev med resultat og råd om oppfølging i etterkant.



Kjører er vi så kritiske til oss sjølv, og så overbevisende med alle andre? Har nokon sagt noko som sette oss fast i benet og ibble vi gå vekk? Har vi sagt noko gale eller dømt oss ut eller gjort oss sjøvnisk tulle vi aldri kan gjer oss?

Samarbeid om betre helse

Undersøkinga er todelt: Den har ei personleg side og ei samfunnsmessig side. Sagt med andre ord:



Du får ein gjennomgang av fleire risikofaktorar, med skriftleg tilbakemelding og om naudsynt oppfølging. Med ditt samtykke vil resultat bli brukt til å forske på risikofaktorar og helse-spørsmål vi ser kan bli viktige i framtida. Slik lærer vi meir om korleis hjarte- og karsjukdomar, kreft, astma, osteoporose, diabetes og andre vanlege sjukdomar oppstår og kan forebyggjast.

Undersøkinga vil omfatte følgjande prøver:

- Måling av blodtrykk, høgde, vekt, livvidd og hoftevidd
- Blodprøve med analyse av m.a. kolesterol, triglyseridar og blodsukker.
- Spirometri (måling av lungekapasitet - berre Bergen)
- Sperjeskjema

Helseteamet reiser rundt til kommunane med huss i Bergen vart det eit fast undersøkingslokale.

*Av og til gir vi ein ans, og det er
fest. Og vi søier til oss sjølve: Dette
var fest. Dette skal vi gjere igjen.
Av og til klær vi å skape no stikk ut
er kan snakke med fremtidig, og vi
Me savne oss at dette skal vi
sanneleg gjere igjen. Men der blir
aldri lange til neste gang.*

Betere helse gir betre liv

Helseundersøkinga dekkjer fleire ulike felt innan samfunnsmedisinsk forskning. Det er utarbeidd spørjeskjema som omfattar desse ulike aspekta av helse vår.

Spørjeskjema er difor ein viktig del av undersøkinga, og inneheld m.a. spørsmål innan følgjande område:

- Arbeid - miljø - helse
- Livskvalitet og sosiale tilhøve
- Kosthaldet sin innverknad for kreft og hjarte- og karsjukdomar
- Muskel- og skjelettplager
- Angst og depresjon
- Kvinneplager
- Revmatiske sjukdomar
- Osteoporose

Nokre personar i alderen 70 - 72 år og 46 og 47 år i Bergens-området, vert kalla inn til ei eiga homocystein-undersøking. Dei vil få eigne spørjeskjema og vil bli bedne om å gi ei blodprøve til måling av homocystein og B-vitaminsstatus.

*Kvinnar opplevde å bli rådd? Det er var barn
var tida ei halve, og vi var det første i rekke
til å sørgje. Ho var ei lang reise, som løp,
var endt.*

*No er tida ei pustepauser der det alltid manglar
ei berøring, og før vi fere dei berøring kan vi aldri
sanneleg, og vi ser ikkje ei pustepauser aldri
vil gi egg. Det går aldri egg.*

Ditt samtykke er viktig

Vi ber om ditt samtykke til

- at resultatona dine kan sendast til den legen du oppgjev. Opplysningane vil gå inn i journalen din hos legen.
- at du kan få tilbod om oppfølging.
- at resultatona dine kan brukast til medisinsk forskning
- at blodprøvene kan oppbevarast og brukast til analyser som del av den medisinske forskinga. Målet med slike analyser er å finne ut meir om årsaker til sjukdom.

Dersom du ikkje seier deg samd, kan resultatona korrige bli brukte til forskning eller sendast vidare til legen din.

Sjølv om du gjev ditt samtykke no, kan du ombestemme deg seinare. Du kan og reservere deg mot eitt eller fleire av punkta i samtykkeerklæringa.

Resultatona dine vert handsama strengt fortløyg. Den regionale komité for medisinsk forskingsetikk har vurdert og tilrådd prosjektet. Det er òg godkjend av Datailsynet.



sprek



STERK

Om vi berre hadde tid, sier vi. Vi, vi har hatt festi år. 24.610 dager med søppelgang og reiselgang og liv. Vi får kanskje festi år til. Men vil vi beske det til neste beste? Og vi ser atstoge på oss sjøfve og opplagar at vi beste er født sunlege menneske.

Kva skal du ha på deg?

Det du vil - men det blir enklare om du har på deg ei ledig, korterma skjorte som ikkje strammer om armene. Då slepp du å ta av deg på overkroppen når blodtrykket skal målast.



SK

Vest litt! Stepp ein augneblink;
Vindig? Kren er vanleg? Ingen
er vanleg. Du er ikkje vanleg.
Å vere vanleg er å late att auga
og gøyne dei anselegheitene du
har. Det er ikkje løn. Det er aldri
løn å gøyne at du lever og i høper
di eiga framtid.

Tilleggsundersøkingar

Etter hovudundersøkinga vil nokre få tilbod om tilleggsundersøkingar. Dette gjeld i hovudsak prosjekt som rettar seg mot kosthald, beinmassemålingar (osteoporose), jernstatus (hemokromatose), reumatisk sjukdom (Sjøgrens syndrom) og astma (nedsett lungefunksjon).

Ei ny homocystein-undersøking



HUSK vil invitere omlag 9.000 kvinner og menn som er fødte i 1925 - 27 og i 1951 og -52 og som bur i kommunane Bergen, Fjell, Askøy og Os. Desse deltok òg i den førre helseundersøkinga i Hordaland (1992-93), og då fekk dei målt ein faktor i blodet som kallast homocystein. Nyare forskning viser at homocystein kan vere ein like viktig risikofaktor for hjarte- og karsjukdom som kolesterol. Homocystein-undersøkinga i Hordaland er no ein del av HUSK, og er den største befolkningsundersøkinga om homocystein hittil. Den vil m.a. kunne vise korleis homocystein endrar seg over tid. Dei som vert invitert til denne undersøkinga får dermed sjansen til å delta i internasjonalt nybrottsarbeid. Dette kan de lese meir om i eit eige informasjonsskriv.



*logen er ordnat og vanleg, fordi
ordnat og vanleg betyr lurt og ferdig
og død. Men du kan bevege deg, og
bevege andre. Du kan overraske deg
sjelv; og til og med mor di på ein
god dag. Du er i ferd med å vekse ut
av alle vanne idéar om at du ikkje
kan, ikkje har tid, ikkje har sjansen.*

Berre helsa held.

HUSK å kome!

Når helsevesenet på dette viset går ut og undersøker heile aldersgrupper, er det avgjerande at flest mogleg tek del. Vi håpar på full deltaking, og er som du ser heilt avhengig av at du tek deg tid til å delta.

Kom for di eiga skuld - og kom for andres skuld, for born, vener, familien si skuld. Undersøkinga vil fortelje oss ein heil del om korleis folk kan få betre helse i framtida - dersom du møter opp!

Velkomen.



HUSK

Helseundersøkinga i Hordaland
Armauer Hansens hus
Haukeland sykehus
5021 Bergen
Tel 55974660
Fax 55974964
<http://www.uib.no/isf/husk>



UNIVERSITETET I BERGEN



STATENS HELSEUNDERSØKINGAR