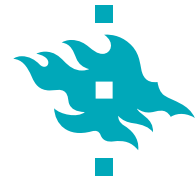




LÄÄKÄRILIITTO
LÄKARFÖRBUNDET



HELSINGIN YLIOPISTO
LÄÄKETIETEELLINEN TIEDEKUNTA

LÄÄKÄRIN TYÖOLOT JA TERVEYS 2019 -tutkimus

Irroita kansilehti ja kyselyosa toisistaan katkoviivan kohdalta



Hyvä kollega

Sinut on valittu mukaan lääkärin Työolot ja terveys 2019 -tutkimukseen.

Tutkimuksen tulokset ovat tärkeä väline lääkärin työolosuhteiden ja työhyvinvoinnin kehittämisessä tulevina vuosina. Kyselyn tuloksia julkaistaan Suomen Lääkärilehdessä sekä muissa koti- ja ulkomaisissa tieteellisissä julkaisuissa. Osa tutkimukseen valituista lääkäreistä on ollut mukana jo edellisissä tutkimuksissa vuosina 2006, 2010 ja 2015.

Suomen Lääkäriliitto toteuttaa tutkimuksen yhteistyössä Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen sekä Helsingin yliopiston kanssa. Lääkäriliitto on tutkimuksen rekisterinpitäjä.

Voit vastata kyselyyn kahdella tavalla:

1. Palauta tämä lomake oheisessa palautuskuoressa **31.10.2019** mennessä
2. Vastaa kyselyyn verkossa klikkaamalla linkkiä, joka on lähetetty sähköpostiisi.
Jos haluat vastata sähköisesti, mutta et ole saanut sähköpostikutsua tutkimukseen, tarkista onko sähköpostiosoitteesi ajan tasalla osoitteessa www.laakariliitto.fi/tietoni.
Kirjautumiseen tarvitset Fimnet-tunnukset.

Tutkimus on täysin luottamuksellinen. Lomakkeen numerointia käytetään vastausten palautumisen seurantaan.

Lisätietoja tutkimuksesta: www.laakariliitto.fi/laakariliitto/tutkimus/tyo-olot-ja-hyvinvointi/ tai Lääkäriliiton tutkimuspäällikkö Jukka Vänskä (jukka.vanska@laakariliitto.fi).

Kollegiaalisin terveisin ja yhteistyöstä kiittäen

Hannu Halila
LKT, Dosentti
Varatoiminnanjohtaja
Suomen Lääkäriliitto

Tarja Heponiemi
PsT, Dosentti
Tutkimusprofessori
Terveiden ja hyvinvoinnin laitos

Marko Elovainio
VTT, Dosentti
Professori
Helsingin yliopisto

TAUSTATIEDOT

1. Sukupuoli

- Mies Nainen Muu

2. Syntymävuosi _____

3. Lääkärin perustutkinnon (LL tai vastaava) suorittamisvuosi _____

4. Mikä on erikoistumisvaiheesi?

- En ole erikoistunut Erikoistumassa Erikoistunut

5. Ilmoita erikoisalasi. Jos sinulla on useamman erikoisalan oikeudet, ilmoita viimeisin.

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Akuuttilääketiede | <input type="checkbox"/> Naistentaudit ja synnytykset |
| <input type="checkbox"/> Anestesiologia ja tehohoito | <input type="checkbox"/> Nefrologia |
| <input type="checkbox"/> Endokrinologia | <input type="checkbox"/> Neurokirurgia |
| <input type="checkbox"/> Foniatria | <input type="checkbox"/> Neurologia |
| <input type="checkbox"/> Fysiatria | <input type="checkbox"/> Nuorisopsykiatria |
| <input type="checkbox"/> Gastroenterologia | <input type="checkbox"/> Oikeuslääketiede |
| <input type="checkbox"/> Gastroenterologinen kirurgia | <input type="checkbox"/> Oikeuspsykiatria |
| <input type="checkbox"/> Geriatria | <input type="checkbox"/> Ortopedia ja traumatologia |
| <input type="checkbox"/> Ihotaudit ja allergologia | <input type="checkbox"/> Patologia |
| <input type="checkbox"/> Infektiosairaudet | <input type="checkbox"/> Perinnöllisyyslääketiede |
| <input type="checkbox"/> Kardiologia | <input type="checkbox"/> Plastiikkakirurgia |
| <input type="checkbox"/> Keuhkosairaudet ja allergologia | <input type="checkbox"/> Psykiatria |
| <input type="checkbox"/> Kliininen farmakologia ja lääkehoito | <input type="checkbox"/> Radiologia |
| <input type="checkbox"/> Kliininen fysiologia ja isotooppilääketiede | <input type="checkbox"/> Reumatologia |
| <input type="checkbox"/> Kliininen hematologia | <input type="checkbox"/> Silmätaudit |
| <input type="checkbox"/> Kliininen kemia | <input type="checkbox"/> Sisätaudit |
| <input type="checkbox"/> Kliininen mikrobiologia | <input type="checkbox"/> Suu- ja leukakirurgia |
| <input type="checkbox"/> Kliininen neurofysiologia | <input type="checkbox"/> Sydän- ja rintaelinkirurgia |
| <input type="checkbox"/> Korva-, nenä- ja kurkkutaudit | <input type="checkbox"/> Syöpätaudit |
| <input type="checkbox"/> Käsikirurgia | <input type="checkbox"/> Terveysthuolto |
| <input type="checkbox"/> Lastenkirurgia | <input type="checkbox"/> Työterveyshuolto |
| <input type="checkbox"/> Lastenneurologia | <input type="checkbox"/> Urologia |
| <input type="checkbox"/> Lastenpsykiatria | <input type="checkbox"/> Verisuonikirurgia |
| <input type="checkbox"/> Lastentaudit | <input type="checkbox"/> Yleiskirurgia |
| <input type="checkbox"/> Liikuntalääketiede | <input type="checkbox"/> Yleislääketiede |

6. Tilanteesi tällä hetkellä

- Työssä
 Kokoaikaisella eläkkeellä, osallistun työelämään
 Kokoaikaisella eläkkeellä, en osallistu työelämään
 Äitiys-, isyys- tai hoitovapaalla
 Muusta syystä pois työelämästä

PÄÄTOIMEA KOSKEVAT KYSYMYKSET

Mikäli et ole tällä hetkellä työssä, vastaa työpaikkaa koskeviin kysymyksiin viimeisimmän työpaikkasi perusteella.

7. Ammatinimike päätoimessa

- Johtava lääkäri, johtaja, ylilääkäri
- Osastonylilääkäri, apulaisyylilääkäri
- Erikois- tai osastonlääkäri
- Erikoistuva lääkäri, sairaalalääkäri, YEK-lääkäri
- Terveyskeskuslääkäri
- Työterveyslääkäri, vastaava työterveyslääkäri
- Professori
- Apulaisopettaja, kliininen opettaja, yliassistentti
- Tutkija, assistentti
- Yksityislääkäri
- Muu työ

8. Päätoimen toimipaikka/työskentelysektori

- Yliopistollinen keskussairaala
- Muu kunnallinen/kuntayhtymän sairaala
- Terveyskeskus (työsuhteessa kuntaan)
- Terveyskeskus (työvoimaa vuokraavan yrityksen kautta)
- Kunnallinen työterveyshuolto
- Valtion virasto tai laitos
- Yliopisto
- Yksityinen lääkäriasema tai -keskus, yksityisvastaanotto
- Yksityinen työterveyshuolto
- Säätiö, yhdistys tai järjestö
- Muu toimipaikka

9. Päätoimen työnantajasektori

- Kunta/Kuntayhtymä
- Valtio
- Yksityinen
- Yliopisto

10. Päätoimen sijainti

- Suuri kaupunki (yli 100 000 asukasta)
- Keskisuuri kaupunki tai kunta (20 000 - 100 000)
- Pieni taajama tai kunta (alle 20 000 asukasta)

11. Päätoimen sairaanhoitopiiri

- Ahvenanmaa
- Etelä-Karjala
- Etelä-Pohjanmaa
- Etelä-Savo
- Helsinki ja Uusimaa
- Itä-Savo
- Kainuu
- Kanta-Häme
- Keski-Pohjanmaa
- Keski-Suomi
- Kymenlaakso
- Lappi
- Länsi-Pohja
- Pirkanmaa
- Pohjois-Karjala
- Pohjois-Pohjanmaa
- Pohjois-Savo
- Päijät-Häme
- Satakunta
- Vaasa
- Varsinais-Suomi

12. Oletko

- Vakituksessa työ- tai virkasuhteessa
- Määräaikaisessa työ- tai virkasuhteessa
- Yksityinen ammatinharjoittaja tai yrittäjä

13. Oletko esimiestehtävissä?

- En
- Kyllä

14. Onko päätoimesi

- Kokoaikainen
- Osa-aikainen

15. Teetkö potilastyötä päätoimessasi?

- En
- Kyllä

TYÖYMPÄRISTÖ JA -OLOSUHTEET

16. Missä määrin kukin väite vastaa Sinun tämänhetkistä käsitystä työstäsi? Ajattele kulunutta 6 kuukautta.

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä
Yleisesti ottaen olen hyvin tyytyväinen työhöni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Minulle merkittävimmät asiat liittyvät yleensä työhöni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Työni on minulle erittäin tärkeä tyydytyksen lähde.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pidän nykyistä työtäni hyvin keskeisenä osana elämääni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Olen henkilökohtaisesti hyvin sitoutunut nykyiseen työhöni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

17. Työpaikan vaihtoaikheet

	En	Mahdollisesti	Kyllä
Haluaisitko vaihtaa nykyisen lääkärintyösi muuhun lääkärintyöhön?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Oletko suunnitellut vaihtavasi työpaikkaa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jos olisit ammatinvalintatilanteessa, valitsisitko lääkärin ammatin?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

18. Kuinka pitkä on työviikkosi nykyisellään mukaan lukien päätoimesi ja kaikki sivutoimet (ei päivystyksiä)

Keskimäärin _____ tuntia/vk

19. Liittykö päätoimeesi päivystämistä?

- Ei → Siirry seuraavalle sivulle
 Kyllä

20. Kuinka paljon sinulla oli päivystystunteja viimeksi kuluneen kuukauden aikana?

Päivystystä (sisältäen myös varallaolon) _____ tuntia /kk

Aktiiviyötä _____ tuntia/kk

21. Kuinka usein kukin alla oleva asia on selvästi häirinnyt, huolestuttanut tai rasittanut Sinua työssä viimeisen 6 kk:n aikana?

	Erittäin usein tai jatkuvasti	Melko usein	Silloin tällöin	Melko harvoin	Erittäin harvoin tai ei koskaan
Jatkuva kiire ja tekemättömien töiden paine	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Liian vähän aikaa työn tekemiseen kunnolla	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lääkärien määrällinen riittämättömyys	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jatkuvat keskeytykset, työtehtäviä ei voi tehdä yhtäjaksoisesti alusta loppuun	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Työn sujuvuus kärsii jatkuvien keskeytysten takia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ei mahdollisuutta keskittyä yhteen asiaan kerrallaan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Liian vähäinen yhteistyö työryhmässä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Työn pakkotahtisuus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Konsultointimahdollisuuksien puute	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Muuttuvat sähköiset tietojärjestelmät	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hankalat, huonosti toimivat tietotekniset laitteet/ohjelmat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Potilailla on usein erilaiset odotukset hoidosta kuin henkilökunnalla	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hankalat potilaat, jotka valittavat, syyttelevät tai arvostelevat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Potilaat eivät halua osallistua hoitoon, ovat passiivisia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Luottamuksen ja avoimuuden puute työpaikalla	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Päivystykseen osallistuminen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Virheen tekemisen pelko potilastyössä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Valituksen, kantelun tai syytteen kohteeksi joutuminen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Toisarvoiset työt vievät aikaa "varsinaiselta" tärkeimmältä työltäni	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

22. Onko työpaikkanne sisäilman laatu mielestäsi

- Erittäin huono
- Melko huono
- Ei hyvä eikä huono
- Melko hyvä
- Erittäin hyvä

23. Oletko koskaan saanut oireita työpaikkanne sisäilmasta?

- En
- Kyllä, viimeisen 12 kk aikana
- Kyllä, viimeksi yli vuosi sitten

24. Miten hyvin seuraavat väittämät kuvaavat nykyistä työtäsi?

Oletko väittämän kanssa samaa vai eri mieltä?

Valitse mielipidettäsi parhaiten kuvaava vaihtoehto kussakin väittämässä.

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä
Voin tehdä paljon itsenäisiä päätöksiä työssäni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Minulla on paljon sananvaltaa omiin töihini.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Minulla on hyvin vähän vapautta päättää, miten teen työni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

25. Seuraavissa kohdissa sinua pyydetään arvioimaan työyksikkösi toimintaa.

Ajattele tässä sellaista työyksikköä (osasto, asema/klinikka, pienryhmä), joka on työsi kannalta oleellisin.

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä
Asenteemme on: "Toimimme yhdessä".	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pidämme toisemme ajan tasalla työasioissa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jokainen tuntee tulevansa ymmärretyksi ja olevansa hyväksytty.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tietoa todella pyritään jakamaan työyksikön sisällä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

26. Seuraavat väittämät käsittelevät menettelytapoja työpaikallasi.

Valitse vaihtoehto, joka kuvaa parhaiten nykyistä mielipidettäsi työpaikastasi.

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä
Kaikilla on oikeus sanoa mielipiteensä ja kokemuksensa itseään koskevilla asioilla.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tehdyt päätökset ovat työpaikallamme olleet johdonmukaisia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Työpaikallamme päätökset eivät ole puolueellisia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Esimieheni kohtelee alaisiaan ystävällisesti ja huomaavaisesti.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Esimieheni kohtelee alaisiaan kunnioittavasti.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Esimieheni ottaa huomioon alaistensa tarpeet ja osaa kuunnella alaisiaan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Saamani palkka ja arvostus vastaavat työhöni antamaani panostusta.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Saamani palkka ja arvostus ovat sopivia siihen nähden mitä olen työssäni saanut aikaan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

27. Henkisellä väkivallalla tarkoitetaan jatkuvaa, toistuvaa kiusaamista, sortamista tai loukkaavaa kohtelua. Oletko viimeisen 12 kk:n aikana tuntenut olevasi tai oletko tällä hetkellä henkisen väkivallan ja kiusaamisen kohteena omassa työssäsi?

En Kyllä

28. Jos olet kokenut tai koet tällä hetkellä henkistä väkivaltaa työssäsi, niin kenen taholta?

Työtoverien Potilaiden Potilaiden omaisten Esimiehen

29. Seksuaalisella häirinnällä tarkoitetaan sanallista, sanatonta tai fyysistä, luonteeltaan seksuaalista ei-toivottua käytöstä.

Oletko viimeisen 12 kk:n aikana kokenut seksuaalista häirintää työssäsi?

En Kyllä

30. Oletko työssäsi joutunut viimeisen 12 kk:n aikana fyysisen väkivallan tai uhkailun kohteeksi?

En Pelkästään uhkailun kohteeksi Myös väkivallan kohteeksi

31. Työelämässä voi ilmetä eriarvoista kohtelua tai syrjintää esimerkiksi palkkauksessa, työhönotossa, uralla etenemisessä tai koulutukseen pääsyssä. Oletko havainnut omassa työorganisaatiossasi tai oletko itse kokenut nykyisessä työpaikassasi syrjintää tai eriarvoista kohtelua, joka perustuu:

	Olen havainnut omassa organisaatiossasi			Olen itse kokenut	
	En	Kyllä	Ei koske työorganisaatiotani	En	Kyllä
Ikään	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sukupuoleen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Poliittisiin mielipiteisiin tai toimintaan ay-liikkeessä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Perheellisyyteen tai raskauteen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Suosikkijärjestelmiin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ulkomaalaistaustaan tai ihonväriin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Seksuaaliseen suuntautumiseen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Muuhun syyhyn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

32. Oletko viimeksi kuluneiden viiden vuoden aikana joutunut eriarvoisen kohtelun tai syrjinnän kohteeksi nykyisessä työpaikassasi seuraavissa asioissa:

	En	Kyllä	Ei sovi tilanteeseeni
Rekrytointi- tai nimitystilanteessa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Palkkauksessa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arvostuksen saamisessa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Etenemismahdollisuuksissa uralla	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Työn tai työvuorojen jaossa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Työnantajan järjestämään koulutukseen pääsyssä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Työtovereiden tai esimiesten asenteissa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

KUORMITTUNEISUUS TYÖSSÄ

33. Kuinka usein seuraavat väitteet koskevat itseäsi?

	Ei koskaan	Muutaman kerran vuodessa	Kerran kuukaudessa	Muutaman kerran kuukaudessa	Kerran viikossa	Muutaman kerran viikossa	Joka päivä
Tunnen olevani henkisesti tyhjiin puserrettu työstäni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Työpäivän päättyessä tunnen olevani aivan lopussa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Olen väsynyt jo aamulla tietäessäni, että minun pitää kohdata uusi työpäivä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Minun on helppo ymmärtää, miltä potilaistani tuntuu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tunnen kohtelevani joitakin potilaita ikäänkuin he olisivat esineitä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jatkuva työskentely ihmisten parissa on minulle todella rasittavaa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Käsittelen potilaitteni ongelmia erittäin hyvin tuloksin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tunnen olevani lopen uupunut työstäni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tunnen vaikuttavani myönteisesti ihmisten elämään työni kautta.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Olen tunteettomampi ihmisiä kohtaan kuin mitä olin aloittaessani tämän työn.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Olen huolissani, että tämä työ kovettaa minua.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tunnen olevani täynnä energiaa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Työni turhauttaa minua.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tunnen tekeväni liikaa työtä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
En oikeastaan välitä siitä, miten joidenkin potilaiden käy.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Työskentely välittömästi ihmisten kanssa stressaa minua työssäni liikaa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pystyn helposti luomaan leppoisan ilmapiirin potilaitteni kanssa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tunnen itseni iloiseksi työskenneltyäni kiinteästi potilaitteni kanssa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Olen saanut aikaan monia arvokkaita asioita tässä työssä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tunnen olevani kestävykseni rajoilla.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pystyn suhtautumaan tyynesti henkisiin ongelmiini työssäni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tunnen, että potilaat syyttävät minua joistakin ongelmistaan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

TERVEYS, TYÖKYKY JA HYVINVOINTI

34. Millainen on terveydentilasi verrattuna muihin ikäisiisi?

- Hyvä Melko hyvä Keskitasoinen Melko huono Huono

35. Kuinka pitkä olet (cm)? _____

36. Kuinka paljon painat (kg)? _____

37. Oletetaan, että työkykysi on parhaimmillaan saanut 10 pistettä ja että 0 tarkoittaisi, että et pysty lainkaan työhön. Minkä pistemäärän antaisit nykyiselle työkyvyllesi?

- 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

38. Missä iässä arvelet jääväsi kokoaikaiselle eläkkeelle? _____

39. Missä iässä haluaisit jäädä kokoaikaiselle eläkkeelle? _____

40. Stressillä tarkoitetaan tilannetta, jossa ihminen tuntee itsensä jännittyneeksi, levottomaksi, hermostuneeksi tai ahdistuneeksi tai hänen on vaikea nukkua asioiden vaivatessa jatkuvasti mieltä. Tunnetko sinä nykyisin tällaista stressiä?

- En lainkaan Vain vähän Jonkin verran Melko paljon Erittäin paljon

41. Kuinka usein Sinulla on viimeksi kuluneiden neljän viikon aikana ollut seuraavia oireita?

	Ei lainkaan	1-3 yönä/kk	Noin yhtenä yönä/vko	2-4 yönä/vko	5-6 yönä/vko	Joka yö
Nukahtamisvaikeuksia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Heräilyä useita kertoja yön aikana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vaikeuksia pysyä unessa (mukaan lukien liian aikainen herääminen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Olet tuntenut itsesi väsyneeksi ja uupuneeksi herättyäsi tavallisen yön jälkeen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

42. On olemassa niin sanottuja "aamuihmisiä" (aamunvirku-illantorkku) ja "iltaihmiisiä" (aamuntorkku-illanvirku). Kumpaan ryhmään sinä kuulut?

- Ehdottomasti "aamuihmisiin"
 Enemmän "aamu-" kuin "iltaihmiisiin"
 Enemmän "ilta-" kuin "aamuihmisiin"
 Ehdottomasti "iltaihmiisiin"

43. Kuinka hyvin koet yleensä palautuvasi työn aiheuttamasta kuormituksesta?

- Hyvin Melko hyvin Kohtalaisesti Melko huonosti Huonosti

44. Onko sinulla viimeisen 12 kk aikana ollut seuraavia sairauksia, ja kuinka olet niitä hoitanut?

	Ei	Kyllä, hoitanut itse ilman lääkitystä/käsikauppalääkkeillä	Kyllä, hoitanut itsemäärätyillä reseptilääkkeillä	Kyllä, ollut toisen lääkärin hoidossa
Kohonnut verenpaine, verenpainetauti	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Migreeni	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Selkäsairaus (esim. iskias)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Depressio tai muu mielenterveydenhäiriö	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Diabetes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Muu pitkäaikainen sairaus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

45. Yleisesti ajatellaan, että väestöstä joka kymmenennellä on mielessään itsemurha-ajatuksia. Oletko Sinä joskus vakavasti miettinyt tai suunnitellut itsemurhaa?

En koskaan Olen ajatellut Olen vakavasti suunnitellut Olen yrittänyt

46. Oletko viimeksi kuluneen 12 kk aikana ollut sairaana työssä?

En Kyllä, päiviä yhteensä: _____

47. Oletko viimeksi kuluneen 12 kk aikana ollut sairauslomalla?

En Kyllä, päiviä yhteensä: _____

48. Onko sinulle järjestetty työterveyshuolto?

Ei Kyllä En osaa sanoa

ELÄMÄNTILANNE JA VAPAA-AIKA

49. Mikä on siviilisäätysi?

Naimaton Naimisissa, avoliitossa tai rekisteröidyssä parisuhteessa
 Eronnut tai asumuserossa Leski

50. Onko taloudessanne kotona asuvia lapsia?

Ei Kyllä, montako _____, joista alle 8 vuotiaita _____

51. Toisinaan työn ja perhe-elämän yhteensovittaminen saattaa olla hankalaa.

Lue alla olevat kysymykset ja arvioi, kuinka usein kuvattu asia pitää paikkaansa Sinun kohdallasi.

	Hyvin usein	Usein	Joskus	Harvoin	Ei koskaan
Kuinka usein työsi tai urasi häiritsee tehtäviäsi kotona, kuten esimerkiksi ruuanlaittoa, kaupassa käyntiä, lastenhoitoa, pihatöitä tai kodin korjaustöitä?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kuinka usein työsi tai urasi vie sinulta aikaa, jonka haluaisit viettää perheesi kanssa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kuinka usein tunnet olevasi ylikuormittunut tai ylityöllistetty työsi vuoksi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

52. Valitse seuraavista parhaiten omaa tilannettasi kuvaava vaihtoehto.

- En tupakoi
- En tupakoi, mutta olen aiemmin tupakoinut säännöllisesti
- Tupakoin tällä hetkellä

53. Kuinka usein keskimäärin nautit alkoholia 6 annosta tai enemmän?

Yksi annos on pullo keskiolutta, ravintola-annos väkeviä tai yksi lasillinen (12 cl) mietoa viiniä.

- Harvoin tai ei koskaan
- 2-3 kertaa kuukaudessa
- 2-6 kertaa vuodessa
- Kerran viikossa
- Kerran kuukaudessa
- Kaksi kertaa viikossa tai useammin

54. Kuinka usein harrastat vapaa-ajallasi liikuntaa, jossa hengästyt tai hikoilet?

- En koskaan
- 2-3 kertaa viikossa
- Kerran kuukaudessa
- 4-6 kertaa viikossa
- Kerran viikossa
- Päivittäin

55. Kerro vielä, mitkä asiat auttavat Sinua jaksamaan työssäsi?

56. Mitä Lääkäriliitto voisi tehdä Sinun työhyvinvointisi parantamiseksi?

KIITOS VASTAUKSESTASI!

Muistathan irroittaa kansilehden itsellesi ennen kuin lähetät lomakkeen.