

Egenerklæring- Helsestatus

		Ingen vansker	Noe vansker	Mye vansker	Kan ikke
1	Stå				
2	Sitte på en kjøkkenstol				
3	Snakke				
4	Skrive				
5	Bruke telefon				
6	Se på fjernsyn				
7	Lytte på radio				
8	Huske				
9	Være oppmerksom og konsentrert				
10	Oppfatte muntlige beskjeder				
11	Oppfatte skriftlige beskjeder				
12	Delta i samtale med flere personer				
13	Ha kontroll med vannlating og avføring				
14	Kle av og på deg				
15	Ta på sko og strømper				
16	Plukke opp en mynt fra et bord med fingrene				
17	Løfte en tom bruske fra gulvet				
18	Bære handleposer i hendene				
19	Bære en liten sekk på skuldrene eller ryggen				
20	Skyve og dra med armene				
21	Gå korte avstander på flat mark (mindre enn 1 kilometer)				
22	Gå lange avstander på flat mark (mer enn 1 kilometer)				
23	Gå på skiftende underlag				
24	Gå i trapper				
25	Bruke bil som passasjer				
26	Bruke kollektivtransport (buss, tog) som passasjer				
27	Kjøre bil				
28	Holde og styre et ratt med hendene				
29	Handle dagligvarer				
30	Lage mat				
31	Gjøre vanlig rengjøring (inkl. gulvvask og støvsuging)				
32	Gjøre klesvask				
33	Drive med dine fritidsaktiviteter				
34	Utføre vanlige oppgaver alene				
35	Arbeide i gruppe				
36	Rettlede andre i deres aktiviteter				
37	Mestre ansvar i dagliglivet				
38	Mestre dagliglivets påkjenninger og belastninger				
39	Takle kritikk				
40	Styre sinne og aggresjon				

Egenerklæring- Prognose

41. I hvilken grad er din evne til å utføre ditt vanlige arbeid nedsatt akkurat i dag? (Her angis den nedsettelsen som skyldes de plagene du er sykmeldt for):

- Svært mye nedsatt
- Mye nedsatt
- Middels nedsatt
- Ikke særlig nedsatt
- Ubetydelig nedsatt

42. Hvor lenge tror du at du fortsatt vil være sykmeldt fra i dag?

- Mindre enn en måned
- 1-2 måneder
- 2-4 måneder
- 4-10 måneder
- Mer enn 10 måneder

43. Hva tror du blir resultatet ved endt sykmelding?

- Friskmeldt til arbeid
- Går over på fødselspenger (svangerskapspermisjon)
- Går over på attføring eller rehabiliteringspenger
- Går over på uføretrygd (helt eller delvis)
- Går over på alderspensjon eller avtalefestet pensjon (AFP)
- Annet. Hva ?

44. Er det blitt iverksatt tiltak eller tilrettelegging for deg på arbeidsplassen?

- Nei, fortsatt med spørsmål 45-47.
- Ja, beskriv tiltak:

45. Jeg tror at tiltak eller tilrettelegging for meg på arbeidsplassen kunne redusere (enten ved redusert lengde eller ved delvis sykmelding) det nåværende sykefraværet mitt.

Helt sikkert ikke <input type="checkbox"/>	Mest sannsynlig ikke <input type="checkbox"/>	Sannsynlig <input type="checkbox"/>	Mest sannsynlig ja <input type="checkbox"/>	Helt sikkert ja <input type="checkbox"/>
--	---	-------------------------------------	---	--

46. Jeg skulle kunne gå helt eller delvis tilbake til arbeidet med tilrettelegging nå.

Helt sikkert ikke <input type="checkbox"/>	Mest sannsynlig ikke <input type="checkbox"/>	Sannsynlig <input type="checkbox"/>	Mest sannsynlig <input type="checkbox"/>	Helt sikkert <input type="checkbox"/>
--	---	-------------------------------------	--	---------------------------------------

47. Hvilke tiltak eller tilrettelegging på arbeidsplassen tror du vil kunne redusere det nåværende sykefraværet for din del? (sett eventuelt flere kryss)

- Ingen
- Tilpasning av arbeidsplassen, nytt tilpasset utstyr, tekniske hjelpemidler og lignende
- Tilpasning av arbeidsoppgaver, andre arbeidsoppgaver, fysisk lettere arbeid, og lignende
- Økt mulighet for å styre egen arbeidsdag etter "dagsformen"
- Tiltak som øker trivsel og/eller rydder opp i mulige konflikter
- Økt anerkjennelse for arbeidet av sjefen(e), herunder oppjustering av lønn, endret ansvar o.l.
- Attføring til annet arbeid
- Andre tiltak