

Utfylt spørreskjema legges i den hvite svarkonvolutten.

Spørreskjema som fylles ut i forbindelse med urinprøvetaking

Dato og klokkeslett for utfylling av dette skjemaet

Dato (dd.mm.åååå): _____

Klokkeslett (tt.mm): _____

Spørsmål om urinprøvetakingen

Fyll ut tidspunkt for urinprøvetaking:

Dato (dd.mm.åååå): _____

Klokkeslett (tt.mm): _____

Er dette første gangen du tisset etter at du våknet?

Ja Nei

Hvis *Nei*, hvorfor ble ikke morgenurinprøve samlet?

Jeg glemte å ta prøven om morgenen

Annen grunn

Spesifiser annen grunn: _____

Når omtrent tisset du forrige gang før urinprøven ble samlet?

Dato (dd.mm.åååå): _____

Klokkeslett (tt.mm): _____

Hvordan ble urinprøven lagret hjemme etter at den var tatt?

(Sett ett kryss)

- Kjøleskap Annet kjølig sted Den ble ikke satt kjølig Vet ikke

Spørsmål om hva du har vært i kontakt med nylig

Har du fått i deg røyk fra noen av følgende energikilder i hjemmet de siste 24 timene før prøvetaking?

(Sett ett eller flere kryss)

- Ved (ved, flis, pellets, etc.) Trekull / kull Vet ikke

Har du brukt insektmidler eller antiparasittprodukter på deg selv (f.eks. mot mygg, lus eller flått), i løpet av de siste 48 timene før prøvetaking?

(Sett ett kryss)

- Nei Ja

Har du brukt insektmidler (f.eks. spray, tabletter eller væsker) i hjemmet ditt de siste 48 timene før prøvetaking? Ta også med behandling av kjæledyr.

(Sett ett kryss)

- Nei Ja Vet ikke

Har hagen eller grønnsakshagen din blitt behandlet med plantevernmidler den siste uken?

(Sett ett kryss)

- Nei Ja Vet ikke

Spørsmål om kostholdet ditt de siste dagene

Har du spist/drukket følgende mat- eller drikkevare de siste 72 timer (3 døgn)?

Ikke inkluder det du har spist etter at prøven ble tatt.

Mat- eller drikkevare	Nei	Ja, for mindre enn 12 timer siden	Ja, for mellom 12 – 24 timer siden	Ja, for mellom 24 – 48 timer siden	Ja, for mellom 48 – 72 timer siden
Hvit fisk (f.eks. abbor, gjedde, torsk, hyse, sei eller kveite. Inkluder også fiskekaker/fiskeboller/fiskepinner og retter av hvit fisk i svaret ditt)					
Fet fisk (f.eks. laks, ørret, makrell eller sild. Inkluder både fet fisk til middag og som pålegg i svaret ditt)					
Eksotisk fisk (f.eks. tunfisk eller sverdfisk)					
Annen sjømat (f.eks. reker, scampi, blåskjell eller blekksprut)					
Kjøtt og kjøttprodukter (alle typer kjøtt, kylling og kjøttprodukter både til middag og som pålegg. F.eks. kylling, pølser, biff, kjøttkaker, kjøttdeig, kokt skinke, salami, kebab eller koteletter)					
Snegler					
Ris					
Andre brød- og kornprodukter enn ris (f.eks. brød, kjeks, müsli eller pasta)					
Alger/tang					
Sopp					
Grønnsaker (alle typer)					
Frukt (alle typer)					

Mat- eller drikkevare	Nei	Ja, for mindre enn 12 timer siden	Ja, for mellom 12 – 24 timer siden	Ja, for mellom 24 – 48 timer siden	Ja, for mellom 48 – 72 timer siden
Meieriprodukter (f.eks. smør, melk eller ost)					
Fett (animalsk, f.eks. smør og vegetabilsk, f.eks. oliven- eller solsikkeolje)					
Potetgull					
Mikropopcorn					
Peanøtter					
Tyggegummi					
Røkt mat (f.eks. røkt skinke, røkt fisk eller pølser)					
Hermetikk					
Hurtigmat fra gatekjøkken, bensinstasjon o.l. (f.eks. hamburger, kebab eller grillpølse)					
Ferdigretter i plastemballasje					
Helmelk (ikke inkluder lettmeik og skummetmelk i svaret ditt)					
Grønnsak- eller fruktjuice (ferskpresset)					
Grønnsak- eller fruktjuice (fra konsentrat)					
Øl					
Rødvin					
Japansk risvin ('Sake')					
Drikke tilberedt i arabisk tekanne					
Kornkaffe (kaffe laget på korn, ikke kaffebønner)					

Kosttilskudd	Nei	Ja, for mindre enn 5 timer siden	Ja, for mellom 5-12 timer siden	Ja, for mellom 12-24 timer siden
Har du tatt kosttilskudd (f.eks. vitaminer og mineraler) det siste døgnet før prøvetakingen?				

Hvis du svarer ja, vennligst spesifiser hvilke(t) kosttilskudd:

Te	Ja	Nei
Har du drukket svart eller grønn te (ikke urtete) <u>de siste 48 timene</u> før prøvetaking?		

Hvis du svarer ja;

Hvor mange kopper svart te har du drukket de siste 48 timene?

_____ kopper

Hvor mange kopper grønn te har du drukket de siste 48 timene?

_____ kopper

Vann fra brønn	Jeg drikker ikke vann fra brønn	For mindre enn 12 timer siden	Mellom 12 – 24 timer siden	Mellom 24 – 48 timer siden	Mer enn 48 timer siden	Vet ikke
Når drakk du sist vann fra en brønn?						

Spørsmål om røyking

Har du blitt utsatt for tobakksrøyk i løpet av de siste 24 timene før prøvetaking?

(Sett ett kryss)

- Nei Ja, jeg har røykt Ja, jeg har blitt utsatt for passiv røyking

Hvis du svarer at du selv har røykt, hvor mange sigaretter og andre røykeprodukter røykte du i denne perioden?

- 1-5 6-10 11 eller flere Vet ikke

Hvis du svarer at du har vært utsatt for passiv røyking, hvor lenge varte det?

- Mindre enn en time Mellom 1 og 4 timer Mer enn 4 timer Vet ikke

Har du blitt utsatt for elektronisk sigarettedamp (vape) i løpet av de siste 24 timene før prøvetaking?

(Sett ett kryss)

- Nei Ja, jeg har dampet selv Ja, jeg har blitt utsatt for passiv vape-røyk

Hvis du svarer at du har dampet selv, hvor mange trekk e-sigaretter tok du i løpet av denne perioden?

- 1-5 6-10 11 eller flere Vet ikke

Hvis du svarer at du har vært utsatt for passiv vape-røyk, hvor lenge har du vært utsatt for passiv vape-røyk i denne perioden?

- Mindre enn én time Mellom 1 og 4 timer Mer enn 4 timer Vet ikke

Har du brukt røykfrie tobakksprodukter som snus, dip eller skråtobakk i løpet av de siste 24 timene før prøvetaking?

(Sett ett kryss)

- Nei Ja

Spørsmål om medisiner/medisinske inngrep de siste 24 timene

Har du tatt noen medisiner i løpet av de siste 24 timene før prøvetaking?

(Sett ett kryss)

- Nei Ja

Hvis ja; spesifiser hvilke(n):

Har du gitt blod, fått intravenøs væsketilførsel eller gjennomgått dialyse de siste 24 timene før du tok urinprøven?

(Kryss av)

- Nei Ja, har gitt blod Ja, har gjennomgått dialyse Ja, har fått intravenøs væsketilførsel Vet ikke

Utfylt spørreskjema legges i den hvite svarkonvolutten.