

Få en enkel helsesjekk og bidra til viktig forskning!

Helse- og levekårsundersøkelsen SAMINOR 3 kommer nå til Lierne. Målet er å finne ut hvordan det står til med helsa til befolkningen. Når du deltar i undersøkelsen får du interessante opplysninger om din egen helse samtidig som du bidrar til viktig forskning!

Alle mellom 40-79 år som er bosatt i Lierne kommune har fått en invitasjon til å delta i helse- og levekårsundersøkelsen SAMINOR 3. Det er frivillig og gratis å delta. For å delta fyller du ut et spørreskjema som fulgte med invitasjonen og deretter møter du opp til en fysisk undersøkelse.

Målet med undersøkelsen er å finne ut hvordan det står til med helsa i befolkningen og hva man kan gjøre for å fremme god helse.

Få interessante opplysninger om egen helse

Etter at du har deltatt i de fysiske undersøkelsene vil du få svar på en del av dine målinger. Det kan være interessante helseopplysninger om deg selv.

I den fysiske undersøkelsen måles blant annet høyde, vekt, blodtrykk, EKG, blodsukker, lungefunksjon og gripestyrke. Det tas en blodprøve, urinprøve og hårprøve. Deltakere over 70 år inviteres også til test av balanse og hukommelse, konsentrasjon og oppmerksomhet.

Undersøkelsen varer omtrent 40 minutter. Tilleggsundersøkelsen for de i alderen 70–79 år tar omtrent 30 minutter. Du velger selv om du vil avgi prøver og hvilke undersøkelser du deltar på.

Åpningstider feltstasjon

4. januar åpnes feltstasjonen ved kommunehuset i Lierne og vil være åpent fram til 19. januar.

- Åpningstider: kl. 09.00 til 16.30.
- Langåpent tirsdag og torsdag kl. 09:00–18:00

Hvis den tildelte timen ikke passer kan man komme innom når som helst innenfor åpningstidene. Man trenger ikke gi beskjed dersom du ikke kan møte opp.

Ditt bidrag er viktig!

Hver deltaker er like viktig, uansett helsetilstand, kjønn, eller kulturell bakgrunn. Jo flere som deltar, desto bedre kunnskap og forskningsresultater får vi.

Når SAMINOR har gjennomført undersøkelsene lages det en rapport som viser resultatene for hele kommunen. Da får kommunen en oversikt over hvordan det står til med helsa til befolkningen og det kan være nyttig for å sette i gang tiltak der det trengs.

SAMINOR er en viktig kilde til forskning om helse og levekårene i midt- og Nord-Norge. Informasjonen som samles inn skal brukes til å forske på hvordan man kan forebygge sykdom, fremme helse og utvikle bedre helsetjenester for befolkningen.

Vinn premier!

Alle som deltar i SAMINOR 3 er med i trekningen av noen fine premier. Blant annet sykler, treningsklokker + mange andre premier. Vi annonserer når trekningen er på våre nettsider og kontakter vinneren. Vi gjennomfører til sammen fire trekninger og den første blir gjennomført etter påsken 2024. Ditt personvern blir i varetatt og trekningen blir ikke koblet til dine svar.

Kontakt SAMINOR

Hvis du har spørsmål om undersøkelsen eller trenger hjelp til å delta i undersøkelsen kan du kontakte oss på saminor@uit.no eller ringe oss på hverdager mellom 10.00-14.00, telefonnummer +47 40 64 94 69. www.saminor.no

Bakgrunn om SAMINOR

SAMINOR er en rekke lokale helse- og levekårsundersøkelser. De startet i 2003 og gjennomføres ca. hvert tiende år i områder med samisk, norsk og kvensk befolkning. Nå undersøker vi helsa til befolkningen for tredje gang og besøker utvalgte kommuner i Innlandet, Trøndelag, Nordland, Troms og Finnmark.

Informasjonen som samles inn kan brukes til å forske på for eksempel diabetes, hjerte-karsykdommer, tannhelse, kosthold, fysisk aktivitet og helsetjenestetilbud. Slik forskning er viktig fordi det kan si oss noe om våre helseutfordringer, for eksempel:

- hvilke helseplager vi har, hvem blir rammet og hvorfor
- hvordan i kan forebygge dårlig helse og sykdommer
- hvordan kan vi tilpasse helsetjenestene

Hva skjer med mine opplysninger?

Dine opplysninger lagres trygt, og alle ansatte har taushetsplikt. Undersøkelsen gjennomføres av Senter for samisk helseforskning ved UiT Norges arktiske universitet. Opplysninger og prøver blir behandlet uten navn og fødselsnummer. Det betyr at det er ikke mulig å identifisere deg i resultatene av studien. Informasjonen som blir samlet inn, blir brukt til helseforskning. Forskningsprosjekter som ønsker å bruke informasjon fra SAMINOR må søke om tilgang