Enkät varvsforskning
Information till deltagare

Årligen genomförs över 800 långloppstävlingar i världen. Göteborgsvarvet är en av de största. Varje sådan tävling medför så kallade värmekollapser som behöver medicinsk tillsyn. Vi är en forskargrupp från Göteborgs och Karlstad universitet som intresserat sig för Göteborgsvarvet och medicinska säkerhetsfrågor i samband med tävlingen.

Detta är en enkät som vänder sig till dig som har transporterats med ambulans i samband med Göteborgsvarvet under åren 2010–2017. Syftet med enkäten är att få mer kunskap om orsaker till medicinska händelser och behov av ambulanssjukvård vid långlopp, så att sådana händelser i förlängningen kan förbyggas och hanteras på ett bättre sätt.

De omständigheter som bidrog till att du behövde och fick ambulanssjukvård kallas genomgående för “händelsen” i de nedanstående frågorna.

Deltagandet är frivilligt och du kan när som helst avbryta, men dina svar är behandlade konfidentiellt. Alla svar behandlas konfidentiellt. Sammanställning och analys kommer enbart göras på aggregerad nivå. Det kommer inte framgå i projektets publicerounen vem som svarat vad.

Har du några frågor gällande enkäten kan du kontakta Professor Eric Carlström på 070-273 81 26 alt. epost eric.carlstrom@gu.se

### Information till deltagare

**B. Allmänna uppgifter**

| Ålder: | ______ år |
|---|---|
| Kön (ringa in alternativ) | a. man | b. kvinna | c. Annat |
| Vitalen är din högsta utbildning (ringa in alternativ) | a. grundskola | b. gymnasiuniversitet | c. högskola/universitet |
| Antal kilometer |抗菌, min, hall, sår |
| Svarande lopp | a. ja | b. Nej |
| Om ja, beskriv omständigheterna (fritext) |

**C. Bakgrund/förberedelser**

13. Hur många långlopp liknande Göteborgsvarvet (d.v.s. minst 21km) hade du genomfört under en femårspériod innan händelsen? _______ _Angedåtal och antal lopp|

14. Hur långt sprang Du in genomsnitt i veckan året innan händelsen? _______ _Antal kilometer|

15. Hur långt sprang Du i genomsnitt i veckan 3–4 veckor före händelsen? _______ _Antal kilometer|

16. Fanns det omständigheter som påverkade din uppladdning för loppet negativt (sista månaden)? (ringa in alternativ) a. Ja | b. Nej |

17. Upplevede du att du hade en övertygad på din förmåga att genomföra loppet (ringa in alternativ)? a. ja | b. Nej |

18. Studerade du höjdkartan innan loppet (ringa in alternativ)? a. ja | b. Nej |

19. Var det första gången du sprang Göteborgsvarvet? (ringa in alternativ) a. Ja | b. Nej |

20. Hur ofta har du svårigheter med att avsluta dels avtalade möten, t.ex. läkarbesöken eller åtaganden? a. Mycket ofta | b. Ofta | c. Ibland | d. Ofta | e. Mycket ofta |

21. Hur ofta har du svårigheter med att få ordning på saker och ting när du ska utföra en uppgift som kräver organisation? a. Mycket ofta | b. Ofta | c. Ibland | d. Ofta | e. Mycket ofta |

22. Hur ofta har du problem med att k onma ihåg att avtalade möten, t.ex. läkarbesök eller åtaganden? a. Mycket ofta | b. Ofta | c. Ibland | d. Ofta | e. Mycket ofta |

23. Hur ofta händer det att du undviker eller skjuter på att sätta igång med en uppgift som kräver mycket tankemöda? a. Mycket ofta | b. Ofta | c. Ibland | d. Ofta | e. Mycket ofta |

24. Hur ofta händer det att du inte rör händer eller fötter när du är tvungen att sitta stilla i en längre tid? a. Mycket ofta | b. Ofta | c. Ibland | d. Ofta | e. Mycket ofta |

25. Hur ofta händer det att du känner dig överaktiv och tvungen att hålla igång, som om du gick på högvarv? a. Mycket ofta | b. Ofta | c. Ibland | d. Ofta | e. Mycket ofta |

1. Tog du del av våderrapporren innan loppet (ringa in alternativ)? a. ja | b. Nej |

2. Vilket lufttemperaturintervall upplever du som mest behaglig att löpa i in allmänhet? a. mellan _____ °C och _____°C |

3. Hur var du klädd under loppet? a. optimalt | b. mindre optimalt |

4. Vilken dominerande färg hade din klädsel? a. ljus | b. mörk |

5. Vilken ungefärlig sluttid siktade du på? Fritext!

6. Hur var du klädd under loppet? (ringa in alternativ) a. mörk | b. ljus |

7. Hur långt sprang Du i genomsnitt i veckan 3–4 veckor före händelsen? a. _____ kilometer |

8. Hur långt sprang Du i genomsnitt i veckan året innan händelsen? a. _____ kilometer |

9. Hur långt sprang Du i genomsnitt i veckan 3–4 veckor före händelsen? a. _____ kilometer |

10. Hur ofta har du svårigheter med att avsluta de sista detaljerna i en uppgift/ett projekt när de mer krävande momenten är avklarade? a. Mycket ofta | b. Ofta | c. Ibland | d. Ofta | e. Mycket ofta |

11. Om ja, beskriv omständigheterna (fritext) |

12. Studerade du höjdkartan innan loppet (ringa in alternativ)? a. ja | b. Nej |

13. Var det första gången du sprang Göteborgsvarvet? (ringa in alternativ) a. Ja | b. Nej |

14. Om nej, vad var din ungefärliga sluttid gången före? Om ja, provsprang du banan innan du deltog första gången (ringa in alternativ) a. ja | b. Nej |

15. Hur ofta har du svårigheter med att avsluta dels avtalade möten, t.ex. läkarbesöken eller åtaganden? a. Mycket ofta | b. Ofta | c. Ibland | d. Ofta | e. Mycket ofta |

16. Hur ofta har du problem med att k onma ihåg att avtalade möten, t.ex. läkarbesök eller åtaganden? a. Mycket ofta | b. Ofta | c. Ibland | d. Ofta | e. Mycket ofta |

17. Hur ofta händer det att du undviker eller skjuter på att sätta igång med en uppgift som kräver mycket tankemöda? a. Mycket ofta | b. Ofta | c. Ibland | d. Ofta | e. Mycket ofta |

18. Hur ofta händer det att du inte rör händer eller fötter när du är tvungen att sitta stilla i en längre tid? a. Mycket ofta | b. Ofta | c. Ibland | d. Ofta | e. Mycket ofta |

19. Hur ofta händer det att du känner dig överaktiv och tvungen att hålla igång, som om du gick på högvarv? a. Mycket ofta | b. Ofta | c. Ibland | d. Ofta | e. Mycket ofta |

20. Hur ofta har du svårigheter med att avsluta de sista detaljerna i en uppgift/ett projekt när de mer krävande momenten är avklarade? a. Mycket ofta | b. Ofta | c. Ibland | d. Ofta | e. Mycket ofta |

21. Hur ofta har du problem med att k onma ihåg att avtalade möten, t.ex. läkarbesök eller åtaganden? a. Mycket ofta | b. Ofta | c. Ibland | d. Ofta | e. Mycket ofta |

22. Hur ofta händer det att du undviker eller skjuter på att sätta igång med en uppgift som kräver mycket tankemöda? a. Mycket ofta | b. Ofta | c. Ibland | d. Ofta | e. Mycket ofta |

23. Hur ofta händer det att du käller dig överaktiv och tvungen att hålla igång, som om du gick på högvarv. a. Mycket ofta | b. Ofta | c. Ibland | d. Ofta | e. Mycket ofta |
26. Har du kollapsat i samband med fysisk aktivitet (ringa in alternativ)
   a. nej
   b. ja, vid träning
   c. ja, vid en tävling
   d. om ja, kommentar (fritext): 

27. Hur var din hälsa de sista tre veckorna innan händelsen (ringa in alternativ)
   a. inga hälsoproblem
   b. hälsoproblem
   c. om hälsoproblem , beskriv närmare t.ex. bröstsmärta, svinnning, eller hjärtskärvning (fritext):

28. Hur ofta drack du alkohol året innan händelsen? (ringa in alternativ)
   a. aldrig
   b. några gånger per år
   c. någon gång per månad
   d. en gång i veckan
   e. flera gånger i veckan

29. Hur många glas drack du i genomsnitt en vanlig gång du drack alkohol innan händelsen (med ett glas menas 1 glas vin/ 1 starköl/4 cl starksprit, ange 0 om du inte dricker alkohol). Antal glas:

30. Utifrån din önskade sluttid, hur låg du till i loppet? (ringa in alternativ)
   a. Snabbare än planerat
   b. Som planerat
   c. Långsammare än planerat

31. Drack du vid de vätskestationer du passerade innan händelsen (ringa in alternativ)?
   a. nej
   b. ja

E. Händelsen

Nedan har Du en karta över banan.

32. Markera följande på bifogad karta.
   a. Var skedde händelsen? Markera med ett kryss.
   b. Var blev du hämtad med ambulans? Markera med en kvadrat.
   c. Var började det bli tungt, det vill säga tilltagande trötthet/besvär som föregick händelsen? Markera med en ring.

33. Vilka var, enligt din egen uppfattning, de tre viktigaste faktorerna till händelsen (fritext)?
   1:   2:   3:

34. Vilka av följande **inre faktorer** upplevde du minuter/minuten innan händelsen (ringa in ett eller flera alternativ)
   a. stress
   b. inre krav
   c. nervositet
   d. hunger
   e. törst
   f. trötthet
   g. kramper
   h. yrsel
   i. känsla av förvirring
   j. illamående
   k. synrubning
   l. huvudvärk
   m. konstiga tankar
   n. annat (fritext):

35. Vilka av följande **yttre faktorer** upplevde du minuten innan händelsen (ringa ett eller flera alternativ)
   a. publik/publikens beteende
   b. trängsel
   c. anhöriga
   d. huvudvård
   e. uppfostran
   f. ojämnheter i gatan
   g. värme
   h. kyla
   i. motvind
   j. nederbörd
   k. annat

36. I efterhand, anser du att du kunde ha förhindrat händelsen? (fritext):

F. Efterförlopp

37. När du brutit loppet, i väntan på ambulans, fick du någon typ av hjälp där du befann dig? (ringa in alternativ)
   a. nej
   b. ja
   c. om ja, vilken typ av hjälp (fritext):
   d. om ja, vem hjälpte dig (exempelvis åskådare, löpare, annan)? (fritext):
   e. vet inte

38. Blev du inlagd på vårdavdelning? (ringa in alternativ)
   a. nej
   b. ja
   c. om ja, ange antal vårddagar:

39. Blev du sjukskriven efter händelsen? (ringa in alternativ)
   a. nej
   b. ja
   c. om ja, ange dagar du var sjuk:

40. Har du fortsatt springa efter händelsen? (ringa in alternativ)
   a. ja
   b. nej

41. Har du deltagit i några långlopp (mer än 21km) efter händelsen? (ringa in alternativ)
   a. ja
   b. nej

   **Övergripande kommentarer, ytterligare upplysningar (fritext):**

G. Framtida kontakt

42. Får vi kontakta dig för uppföljande frågor? (ringa in alternativ)
   a. ja
   b. nej

**Information för forskargruppen:**

**Varvstudie**

**Inklusion:** Ambulanshämtningar kollaps el motsvarande, 144 fall perioden 2010-16, samt 2017

**Kontrollgrupp:** 300 fördelat på startgrupper under åren 2010-2017

**Pilotstudie, inklusion:** 15 ambulanshämtningar och 30 kontroll 2010-2017.