**Intervjuundersøkelse**

Navn på intervjuer: ............................................................... Dato skjemaet ble fylt ut: ........................................................

|  |  |
| --- | --- |
| **Opplysninger om pasienten** | |
| Pasientens navn: |  |
| Fødselsdato: |  |
| Yrke: |  |
| Arbeidssted / skole / barnehage: |  |
| Adresse: |  |
| Telefon: |  |

Hvis pasienten ikke selv svarer på skjemaet, hvem svarer på pasientens vegne? ………………………………………………

|  |
| --- |
| **Spørsmål om sykdommen** |

1. **Hvilke symptomer hadde du?** (Noter hvilke symptomer som startet først og hvilke som dominerte)

|  | Ja | Nei | Usikker | Når startet symptomene? Omtrent hvor lenge varte de? |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Kvalme | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Oppkast | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Magesmerter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Diaré (hvor hyppig?) | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Blod i avføringen | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Feber | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Leddsmerter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre symptomer (Hvilke?) | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Hvis feberen ble målt, hvor mange grader? |  |

|  |
| --- |
| Dato / klokkeslett: (Dato du første gang merket symptomer) |

1. **Når startet sykdommen din?**

|  |
| --- |
| Dager / timer: Er du frisk nå? |

1. **Hvor lenge var du syk?**
2. **Kjenner du til andre personer som har, eller har hatt, samme symptomer som deg i uken før eller uken etter at sykdommen din startet?** Hvis ja, ble vedkommende syk før eller etter at sykdommen din begynte?

| Ja Nei Usikker | Hvis ja, noter når omtrent sykdommen startet: |
| --- | --- |
|  |  |
|  |  |

|  |
| --- |
| Er vedkommende medlem av samme husholdning som deg? Ja 🗆 Nei 🗆 |
| Har vedkommende spist samme sted som deg? Ja 🗆 Nei 🗆 Usikker 🗆 |
| Hvis ja, hvor? |

|  |
| --- |
| **De fleste spørsmålene i resten av spørreskjemaet dreier seg om hva du gjorde og hva du spiste i løpet av den siste uken før sykdommen din startet**  **Vennligst prøv å svare på alle spørsmålene. Kryss av JA for matvarer du sannsynligvis har spist. Kryss av NEI for matvarer du sannsynligvis ikke har spist. Dersom du er i tvil, kryss av for USIKKER.**  **Skriv ned så mange detaljer som mulig.** |

**Reise – utenlands og innenlands**

1. **Var du utenlands i løpet av den siste uken før du ble syk?** (Ta også med handleturer)

|  |  |
| --- | --- |
| Ja Nei Usikker | |
| Hvilket land? | Når? |

1. **Var andre personer i din husholdning utenlands i løpet av *den siste måneden* før du ble syk?**

|  |  |
| --- | --- |
| Ja Nei Usikker | |
| Hvilket land? | Når? |

|  |  |
| --- | --- |
| Fikk vedkommende samme type symptomer som deg, i utlandet, under reisen eller like etter hjemkomsten? | |
| Ja 🗆 Nei 🗆 Usikker 🗆 | Når startet sykdommen? |

1. **Reiste du i Norge i løpet av uken før du ble syk?** (Ta også med weekend-turer til hytta)

|  |  |
| --- | --- |
| Ja Nei Usikker | |
| Hvor? | Når? |

1. **Deltok du på middager, selskaper, møter, kurs, konferanser, idrettsstevner, andre stevner, festivaler, o.l.?**

|  |  |
| --- | --- |
| Ja Nei Usikker | |
| Hvor? | Når? |
| Spiste du der? | Ja 🗆 Nei 🗆 Usikker 🗆 |
| Hva spiste du? (Detaljer kommer senere i skjemaet) |  |

**Drikkevann**

1. **Hva slags vannforsyning er det der du bor?**

Kommer vannet fra et vannverk, eller har du egen vannforsyning for bare din husstand?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Ja | Nei | Usikker | Detaljer (for eksempel navn på vannverket): |
| Vannverk for 20 eller flere husstander | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Vannverk for færre enn 20 husstander | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Egen vannforsyning for bare din husstand | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

Hvis du har egen vannforsyning for bare din husstand, eller får vann fra et vannverk for færre enn 20 husstander: Hva slags kilde kommer vannet fra?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Ja | Nei | Usikker | Detaljer: |
| Innsjø, elv eller bekk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Borehull, grunnvannsbrønn | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Gravd brønn | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

1. **Er drikkevannet behandlet (desinfisert med klor eller UV)?**

|  |  |
| --- | --- |
| Ja Nei Usikker Hvis ja, hva slags behandling? |  |

1. **Drakk du vann fra springen, enten hjemme eller andre steder, i uken før du ble syk?**

Ta også med vann som ble brukt til å lage saft eller isbiter

|  |
| --- |
| **Hjemme:** Ja Nei Usikker Hvis ja, hvor mange glass daglig? (1-2, 3-5 eller >5): |

|  |  |
| --- | --- |
| **Andre steder:** Ja Nei Usikker Hvis ja, hvor mange glass daglig? (1-2, 3-5 eller >5): | |
| Hvor? | Hva slags vannforsyning? (se spørsmål 9) |
|  |  |
|  |  |

1. **Drakk du vann direkte fra elv, bekk eller innsjø? (for eksempel på fjelltur eller skogtur)**

|  |  |
| --- | --- |
| Ja Nei Usikker | Hvis ja, hvor? |

1. **Drakk du vann fra brønn eller cisterne? (for eksempel på hytte eller turisthytte)**

|  |  |
| --- | --- |
| Ja Nei Usikker | Hvis ja, hvor? |

1. **Drakk du vann kjøpt på flaske eller fra vannbeholder?**

|  |  |
| --- | --- |
| Ja Nei Usikker | Hvis ja, hva slags vann? |

**Mat fra storkjøkken**

1. **Spiste du mat tilberedt på et serveringssted eller et annet storkjøkken i løpet av den siste uken før du ble syk?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor? Når? |
| Restaurant | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Hotell | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Hamburger-restaurant | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Pizza-restaurant | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kebab-sjappe, gatekjøkken | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Veikro, besinstasjon | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Storkiosk, kiosk, pølsebu | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kafeteria, kafé, konditori, bar, pub | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Turisthytte, DNT-hytte, markastue | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Personalkantine, skolekantine | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sykehus, sykehjem, aldershjem | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor? Når? |
| Eldrekjøkken | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Barnehage, skolefritidsordning | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Catering, take-away o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 | (Mat brakt hjem på døra) |
| Tog, fly, ferge | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annen mat fra storkjøkken | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Fjørfekjøtt**

1. **Spiste du fjørfekjøtt?**

Hvordan var kjøttet da det ble kjøpt: (1) rått men ikke fryst, (2) rått og fryst, (3) ferdig grillet eller stekt, (4) fra storkjøkken?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / type / butikk |
| Kylling, gourmetkylling | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kyllingbryst, brystfilet | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kyllingvinger, kyllinglår | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Marinert kylling | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre kyllingprodukter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Høns | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kalkun, kalkunbryst | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| And, gås | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Rype, fasan, due, storfugl | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Farse / kjøttdeig av fjørfekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Pålegg laget av fjørfekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Pølser laget av fjørfekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Gryterett / frikassé med fjørfekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kyllingsalat / salat med fjørfekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre matvarer med fjørfekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Egg og eggprodukter**

1. **Spiste du egg eller matvarer laget av egg?** (Bakervarer, desserter og lignende kommer senere i skjemaet)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / type / butikk / hjemmelaget? |
| Rå egg | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Bløtkokte egg | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Hardkokte egg | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Speilegg | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Omelett, eggerøre | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Eggedosis, eggnogg | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Eggekrem | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Majones, remulade | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Bernaise-saus | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Rå kakedeig med egg | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre matvarer med egg | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Kjøtt og kjøttvarer**

1. **Spiste du kjøtt eller kjøttvarer?**

Hvordan var kjøttet da det ble kjøpt: (1) rått men ikke fryst, (2) rått og fryst, (3) ferdig grillet eller stekt, (4) fra storkjøkken?

Ta ikke med hermetikk. (Kjøttpålegg og spekemat kommer senere i skjemaet)

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / type / butikk |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Storfekjøtt:*** | | | | |
| Biff, stek | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Entrecôte, indrefilet, ytrefilet o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Roastbiff | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Okselever, kalvelever | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Gryterett med storfekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre matvarer med storfekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| ***Svinekjøtt:*** | | | | |
| Svinestek, skinkestek | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sommerskinke, påskeskinke | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Bayonne-skinke | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Skinketerninger, skinkestrimler | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Svinekoteletter, sommerkoteletter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Indrefilet eller ytrefilet av svin | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Ribbe, grillribbe, spareribs | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Bacon, flesk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Svinetunge, svinelever | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Syltelabber, svineknoke | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Gryterett med svinekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre matvarer med svinekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| ***Sauekjøtt og lammekjøtt:*** | | | | |
| Lammestek, lammelår | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Lammekoteletter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Får-i-kål | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Pinnekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Lammefrikassé, ragu, gryteretter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annet sauekjøtt eller lammekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| ***Viltkjøtt:*** | | | | |
| Elg, rein | 🗆 | 🗆 | 🗆 | (Ta med kjøtt fra tamrein også) |
| Hjort, rådyr, hare | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Reinsdyrkaker, elgkarbonader o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Gryterett med viltkjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre matvarer med viltkjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| ***Mat laget av kjøttdeig, karbonadedeig eller kjøttfarse (inkludert familiedeig og svinedeig):*** | | | | |
| Biff tartar, rå kjøttdeig | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kjøttkaker, medisterkaker | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Hamburgere, karbonader | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kjøttpudding, kjøttboller | 🗆 | 🗆 | 🗆 | (Ikke hermetikk) |
| Biff Lindstrøm, hakkebøf | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kålrulletter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Stekt kjøttdeig, karbonadedeig o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Gryterett med kjøttdeig | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Anne mat med kjøttdeig / farse | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| ***Pølser:*** | | | | |
| Grillpølser, ostegrill, bacongrill o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Wienerpølser | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Middagspølse, julepølse, sossiser | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Røkt pølse, vossakarov, falukorv | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Pølsegryte o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre pølser / mat med pølser | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| ***Andre retter med eller uten kjøtt:*** | | | | |
| Pizza m. kjøtt, kjøttdeig eller pølse | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annen pizza, uten kjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kebab, wraps | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Paier, vårruller, piroger, calzone | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Tapas | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Taco, fajitas, burritos o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sauser: Salsa, quacemole o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Lasagne, tortellini, ravioli | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Moussaka | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Spagetti / pasta med kjøttsaus | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Spagetti / pasta uten kjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Pastasauser, pesto o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 | Kjøpt ferdiglaget? |
| Nudler, ferdigretter med nudler | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Lapskaus | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Risotto, retter med ris og kjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Schnitzel, biff Stroganoff, gulasj | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Blodpudding, lungemos | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Supper med kjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Supper uten kjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Hvalkjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Ferdigmat**

1. **Spiste du ferdigmat som var kjøpt i en butikk? (kjølte, fryste eller varme retter)**

For eksempel: (1) kjølte retter fra Fjordland, Toro, Lofoten o.l., (2) fryste retter, eller (3) varm ferdigmat, for eksempel kjøpt i en ferskvaredisk.

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / type / butikk |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Ferdige middagsretter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Ferdig risgrøt, rømmegrøt, riskrem | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Ferdige stuinger eller stapper | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Ferdige sauser eller dressinger | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Pytt-i-panne, Rett-i-koppen o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Ferdige desserter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annen ferdiglaget mat fra butikk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Hjemmelagete kjøtt- og fiskeretter**

1. **Spiste du hjemmelagete kjøtt- eller fiskeretter som var laget fra grunnen av i din egen husholdning eller på et annet privat kjøkken?**

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / type / butikk |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Kjøttkaker, medister, karbonader | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kjøttboller, kjøttpudding | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Lapskaus, gryteretter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Fiskekaker, fiskegrateng, plukkfisk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sylte, rull, leverpostei | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Taco, pizza, lasagne, pastaretter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annen hjemmelaget kjøtt/fiskemat | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

Ble denne maten tilsatt krydder mens den ble laget?

|  |  |
| --- | --- |
| Ja Nei Usikker | |
| Hvis ja, hva slags krydder? |  |

**Rått eller ikke helt gjennomstekt kjøtt**

1. **Spiste du kjøtt av noe slag, inkludert fjørfe, som var *rått eller som ikke var helt gjennomstekt* eller kokt?**

(Rødt ved beinet, lyserød inni, lyserød kjøttsaft o.l.)

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / type / butikk |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Sauekjøtt, lammekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Svinekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Storfekjøtt, oksekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Fjørfekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Hamburgere | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kjøttkaker, karbonader, medister | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kjøttdeig, farse, medisterdeig o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Marinert kjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Pølser som var kalde inni | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annet | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

1. **Smakte du på rått kjøtt, rå kjøttdeig, medisterdeig eller farse mens du laget mat?**

|  |  |
| --- | --- |
| Ja Nei Usikker | Hvis ja, hva slags kjøtt? |

1. **Spiste du pølser, kjøttpudding, kjøttkaker, fiskekaker, fiskepudding eller liknende *rett fra pakningen uten oppvarming*, for eksempel som pålegg?**

|  |  |
| --- | --- |
| Ja Nei Usikker | Hvis ja, hva slags mat? |

**Kjøttpålegg og spekemat**

1. **Spiste du kokt kjøttpålegg?**

Hvis ja, var pålegget: (1) oppskåret i butikken (for eksempel i en ferskvaredisk), (2) ferdig oppskåret og pakket fra fabrikken, (3) kjøpt i hele stykker, (4) servert på et koldtbord, (5) på ferdigsmurte smørbrød, rundstykker, bagetter o.l., eller (6) var pålegget hjemmelaget?

|  | Ja | Nei | Usikker | Merke / type / oppskåret i butikk / ferdigpakket |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Kokt skinke, hamburgerrygg | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Rull, rullade, sylte | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Roastbiff | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Servelat | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Tunge | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Pålegg av kalkun- eller kyllingkjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annet kokt kjøttpålegg | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

1. **Spiste du salt kjøttpålegg eller spekemat?**

Hvis ja, var det: (1) oppskåret i butikken (for eksempel i en ferskvaredisk), (2) ferdig oppskåret og pakket fra fabrikken, (3) kjøpt som hele snabber, stykker eller skinker, (4) servert på et koldtbord, (5) på ferdigsmurte smørbrød, rundstykker, bagetter o.l., eller (6) var det hjemmelaget?(NB: småskalaprodusenter)

|  | Ja | Nei | Usikker | Merke / type / oppskåret i butikk / ferdigpakket |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Salami | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Spekepølse | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Morrpølse, mørpølse | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Fårepølse | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annen salt pølse | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Spekeskinke | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Parmaskinke, serrano o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Pepperoni, chorizo , jegerpølse ol | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Fenalår | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annet salt kjøttpålegg / spekemat | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Posteier og salater**

1. **Spiste du posteier, pateer, påleggsalater, andre majonessalater, potetsalat og lignende?**

Hvis ja, var maten: (1) laget i en butikk (for eksempel i en ferskvaredisk), (2) ferdig pakket fra fabrikken, (3) servert på et koldtbord, (4) på ferdigsmurte smørbrød, rundstykker, bagetter o.l., eller (5) var maten hjemmelaget?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Ja | Nei | Usikker | Merke / type / oppskåret i butikk / ferdigpakket |
| Leverpostei (ikke i hermetikkboks) | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre posteier eller pateer | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kabaret, aspic | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Rekesalat, vestkystsalat o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  | Nei | Usikker | Merke / type / pakket i butikk / ferdigpakket |
| Italiensk salat, russisk salat o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre påleggsalater | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre salater med kjøtt eller fisk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
|  | Ja | Nei | Usikker | Merke / type / oppskåret i butikk / ferdigpakket |
| Potetsalat | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Waldorfsalat | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre salater uten kjøtt eller fisk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Fisk og annen sjømat**

1. **Spiste du fisk av noe slag?** (Ta ikke med hermetikk)

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / merke / type / butikk |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Fersk fisk (hel, fileter eller i skiver) | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Frossen fisk (hel, fileter, skiver) | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Fiskepinner, seipanetter, seibiff | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Frossenfisk med fyll | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annen frossenfisk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Fiskekaker | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Fiskegrateng | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Fiskeboller (ikke hermetiske) | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Fiskepudding | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Torskerogn, lever, melke | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Baccalao, tørrfisk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Fiskesuppe, kjøpt fryst i butikk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annen suppe med fisk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Røkelaks eller røkt ørret | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Røkt makrell, peppermakrell | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Røkt ål, røkt sild, annen røkt fisk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Gravlaks eller annen gravet fisk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Rakefisk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sushi eller rå fisk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Rå lodderogn, annen rå rogn | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kaviar av lodderogn | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annen kaviar | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Spekesild, sursild, kryddersild | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Tomatsild, sennepsild o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Ansjos, gaffelbiter (ikke hermetikk) | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sildesalat | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Tunfisksalat | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre salater med fisk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Andre matvarer med fisk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

1. **Spiste du skalldyr eller skjell?** (Ta ikke med hermetikk)

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / merke / type / butikk |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Kokte reker, med skall | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Reker i lake, krepsehaler i lake | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Rekesmørbrød o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Rekesalat, krepsesalat o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Crabsticks | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Scampi, kjempereker | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Krabbe, hummer, kongekrabbe | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Ferskvannskreps, saltvannskreps | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Blåskjell, kamskjell, østers o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Snegler, blekksprut, paella o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Salatblandinger med skalldyr/skjell | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annen mat med skalldyr / skjell | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Melk og melkeprodukter**

1. **Spiste eller drakk du noen av følgende melkeprodukter?**

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / merke / type / butikk Hjemmelaget? |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Upasteurisert melk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Mat laget av upasteurisert melk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sjokolademelk, kakao, Litago’ o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Fløte, pisket krem, krem på spray | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Milk shake, banana split | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Softis | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Iskrem kjøpt ferdigpakket | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Iskrem kjøpt i kuler | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Hjemmelaget iskrem | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Yoghurt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Yoghurtdressing, tzatziki o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Surmelk, biola, kefir, kulturmelk o.l | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Tjukkmjølk, tettemjølk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Rømme, crème fraiche | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Rømmedressing, rømmedipp o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Rømmegrøt, rømmekolle o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Riskrem, risgrøt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Bakervarer og konditorvarer**

1. **Spiste du noen av følgende bakervarer eller konditorvarer?**

Hvis ja: (1) ble maten kjøpt på et serveringssted eller laget på et annet storkjøkken, (2) ble den kjøpt i en butikk, eller (3) var den hjemmelaget? Noter hva slags fyll det var i kakene.

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / merke / type / butikk Hjemmelaget? |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Napoleonskake | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Skolebolle, boller med fyll / krem | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Wienerbrød, kringle | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Bløtkake, kaker med krem o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Rullekake, marsipankake o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Ostekake, sjokoladekake | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre kaker med fyll eller glasur | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Vestlandslefse o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kokosboller, sjokoladebolle o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Punchekake, punchebolle | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Muffins, sjokoladekjeks | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kjeks med fyll | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre kaker eller kjeks | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Vafler, pannekaker, rislapper o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kakemix kjøpt i butikk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Vaffelrøre / mix kjøpt i butikk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Pannekakerøre / mix kjøpt i butikk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Ferdigsmurte rundstykker, bagels | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Ferdigsmurte bagetter, smørbrød | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Ferdigsmurte matpakker | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Oster**

1. **Spiste du myke oster?**

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / merke / type / butikk |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Blue Castello, Saga o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Normanna, Norzola, Roquefort o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre blåmuggoster | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Camembert, brie o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kremoster, smøreoster, tubeoster | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Buko, Philadelfia o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Dessertoster, krydderoster | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Ridderost, Port Salut, gräddost o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Fetaost, mozzarella | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Pultost, gamalost | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Prim, HaPå, gomme, surprim o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Cottage cheese, kesam, skjørost | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Snøfrisk, hvit geitost | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre myke oster | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Salatblandinger med ost | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Ostesufflé, ostepai o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

| Var noen av ostene laget av upasteurisert melk? | |
| --- | --- |
| Ja 🗆 Nei 🗆 Usikker 🗆 | Hva slags ost? |

| Var noen av ostene produsert i utlandet? | |
| --- | --- |
| Ja 🗆 Nei 🗆 Usikker 🗆 | Hva slags ost? |

| Spiste du ferdig oppskåret eller ferdig revet ost som var kjøpt i butikk? | |
| --- | --- |
| Ja 🗆 Nei 🗆 Usikker 🗆 | Hva slags ost? |

**Krydder og krydderurter**

1. **Spiste du mat med tørket krydder eller tørkete krydderurter?**

Ble krydderet tilsatt maten etter at den var ferdig varmebehandlet, eller ble krydderet tilsatt under varmebehandlingen?

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / merke / type / butikk |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Pepper, peppermix | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Paprikapulver | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Chilipulver | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Grillkrydder, pizzakrydder o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Krydderblanding til taco, fajitas o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Karri, allehånde | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Spiskummen, gurkemeie | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Provencekrydder | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre krydderblandinger | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Kanel, kanelstang | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Muskat, ingefær, nellik, karve o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kardemomme, vanilje, safran | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Tørket gressløk eller persille | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Dill, oregano, basilikum, timian | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre tørkete krydderurter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Laubærblader, einerbær | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Annet krydder | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

1. **Spiste du mat med ferske (ikke tørkete) krydderurter?**

Ta også med ferske krydderurter i salatblandinger og råkost, brukt som pynt til varmretter og som pålegg.

Ble urtene spist rå uten oppvarming, eller ble de varmebehandlet (f.eks. tilsatt en gryterett eller suppe)?

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / merke / type / butikk Spist rå? |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Persille, bladpersille | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Gressløk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Dill | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Oregano, basilikum, timian, mynte | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Rosmarin, salvie, koriander | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Eksotiske krydderurter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre ferske krydderurter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Salat og spirer**

1. **Spiste du salat eller spirer?**

Ta også med salat og spirer i salatblandinger eller råkost, brukt som pynt til varmretter og som pålegg.

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / merke / type / butikk |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Grønn bladsalat | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Issalat, kinakål | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Ruccola | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Hjertesalat, frisé, annen salat | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Fersk spinat, annet bladgrønt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Ferdig oppskåret salatblanding | 🗆 | 🗆 | 🗆 | (Kjøpt i butikk) |
| Ferdiglagete salater | 🗆 | 🗆 | 🗆 | (Kjøpt i butikk) |
| Bønnespirer, alfalfaspirer, karse | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre spirer | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Salatdressinger | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Spiste du mat fra en salatbar? | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Grønnsaker og sopp**

1. **Spiste du grønnsaker eller sopp?**

Ta også med rå grønnsaker og sopp i salatblandinger eller råkost, brukt som pynt til varmretter og som pålegg.

Ble grønnsakene spist rå uten oppvarming, eller ble de varmebehandlet (kokt, stekt eller woket)? (Ta ikke med hermetikk)

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / merke / type / butikk Spist rå? |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Tomat | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Agurk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Paprika | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Broccoli, blomkål | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Gulrot, reddiker | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kål, rosenkål, grønnkål, rødkål | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Surkål | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kålrot, rødbeter, neper | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Stangselleri, sellerirot, persillerot | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sukkererter, grønne bønner | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Brune bønner | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Minimais, mais på kolbe | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Løk, hvitløk, sjalottløk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Purre | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Fennikel, asparges, artisjokk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Chili, spansk pepper, pepperrot | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Avocado, squash, aubergine | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Fryste grønnsaker / - blandinger | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sopp: sjampinjong, kantarell o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre grønnsaker eller sopp | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Grønnsaker fra en kjøkkenhage | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Sylteagurker, pickles, perleløk o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sprøstekt løk, stekt løk, løkringer | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Syltete rødbeter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kapers | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Soltørkede tomater | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Oliven, fylte oliven | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Vinblad, fylte vinblad (dolmades) | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kastanjer | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Frukt og bær**

1. **Spiste du frukt?**

Ta også med frukt i fruktsalat, salatblandinger eller råkost, brukt som pynt til varm og kald mat, og som pålegg.

Ble frukten spist rå uten oppvarming, eller ble den varmebehandlet? (Ta ikke med hermetikk)

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / merke / type / butikk Spist rå? |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Epler, pærer, plommer | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Banan | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Druer | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Appelsin, mandarin, clementin | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Grapefrukt, sitron, lime | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Melon | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Fersken, nektarin | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kiwi, mango, papaya, ananas | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annen frukt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Nedfallsfrukt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Syltetøy med frukt, kjøpt i butikk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Syltetøy med frukt, hjemmelaget | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Marmelade | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Rabarbra, rabarbragrøt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

1. **Spiste du bær?**

Ta også med bær spist sammen med annen mat, for eksempel som kakepynt eller til iskrem. (Ta ikke med hermetikk)

Ble bærene spist rå uten oppvarming, eller ble de varmebehandlet?

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / merke / type / butikk Spist rå? |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Jordbær | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Bringebær | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kirsebær, moreller | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Rips, stikkelsbær, solbær | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Boysenbær | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Blåbær, tyttebær, multer | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Bjørnebær, tranebær | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre bær | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Fryste bær kjøpt i butikk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Tørkete bær kjøpt i butikk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Syltetøy med bær, kjøpt i butikk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Syltetøy med bær, hjemmelaget | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Nøtter, tørket frukt, søtsaker, snop og snacks**

1. **Spiste du nøtter, tørket frukt, søtsaker, snop eller snacks?**

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / merke / type / butikk |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nøtter, kjerner eller frø:** | | | | |
| Hasselnøtter, valnøtter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Peanøtter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Mandler, mandelflak | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Paranøtter, cashew, pecan, pistasj | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Nøtteblandinger | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Pinjekjerner, solsikkekjerner | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kokosmasse, mandelmasse | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sesamfrø, linfrø | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre nøtter, frø eller kjerner | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Frokostblanding med nøtter / frø | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Helva, Tahini, hommos o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| **Tørket frukt:** | | | | |
| Rosiner, korinter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Dadler, fiken | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Svisker | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Tørket aprikos, sukat | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annen tørket frukt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Frokostblanding med tørket frukt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annen frokostblanding eller müsli | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| **Søtsaker og snop:** | | | | |
| Sjokolade, konfekt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Marsipan | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sukkertøy, drops, karameller | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Lakris, seigmenn, geletopper o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Godtepose, smågodt, snop | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre søtsaker | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| **Snacks:** | | | | |
| Potetgull, ostepop, baconcrisp o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Pop Corn | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Krutonger, grissini | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre snacks | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Dipp eller saus til potetgull o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sennep, ketchup o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| **Nøttepålegg og annet søtt pålegg:** | | | | |
| Sjokoladepålegg | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Nøttepålegg | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Peanøttpålegg | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sunda, honning, bananos o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annet søtt pålegg | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Desserter og søte sauser**

1. **Spiste du puddinger, sauser, kremer, kompotter eller lignende?**

Hvis ja: (1) ble maten kjøpt på et serveringssted eller laget på et annet storkjøkken, (2) ble den kjøpt ferdiglaget i en butikk, eller (3) var den hjemmelaget?

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / merke / type / butikk |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Sjokoladepudding, mandelpudding | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Karamellpudding, andre puddinger | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Crème brûlée, fromage, mousse | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sorbé, gele | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Karamellsaus, sjokoladesaus | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Vaniljesaus, eggekrem o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sjokoladekrem o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Jordbærsaus, bringebærsaus o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre søte sauser eller kremer | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sviskekompott, fruktkompott o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre kompotter eller desserter | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Juice og søte drikker**

1. **Drakk du noen av følgende produkter?** NB! Småskalaprodusenter og saftpresserier

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / merke / type / butikk |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Appelsinjuice | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Eplejuice, - nektar, - most, - cider | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Pærejuice, druejuice, tropisk juice | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annen fruktjuice eller nektar | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Gulrotjuice, annen grønnsakjuice | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Iste, iskaffe, kjøpt ferdig i butikk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Smoothie, fruktdrikker | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre juicer, safter eller drikker | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Økologiske matvarer**

1. **Spiste du økologiske grønnsaker, frukt, melk, ost, kjøtt, egg, eller andre økologiske matvarer?**

| Ja Nei Usikker | |
| --- | --- |
| Hvis ja, hva slags produkter? |  |

**Naturmedisin og kosttilskudd**

1. **Brukte du naturmedisin, slankeprodukter eller kosttilskudd? (Ta også med Sanasol, tran,vitaminpiller o.l.)**

| Ja Nei Usikker | |
| --- | --- |
| Hvis ja, hva slags produkter? |  |

**Mat kjøpt i utlandet**

1. **Spiste du kjøtt eller andre matvarer som var *kjøpt i utlandet*, for eksempel på handleturer i Sverige/Danmark?**

Ta *ikke* med hermetikk.

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor / når / merke / type / butikk |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Fjørfekjøtt (kylling, kalkun, høns) | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Svinekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Storfekjøtt, oksekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sauekjøtt, lammekjøtt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kjøttkaker, medister, kjøttboller | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Hamburgere, karbonader | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kjøttdeig, medisterdeig o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kokte pølser, røkte pølser | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Skinke, rull, rullade o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annet kokt kjøttpålegg | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Salami, spekepølse, spekeskinke | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annet salt pålegg eller spekemat | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Leverpostei, pateer, paier | 🗆 | 🗆 | 🗆 | (Ikke hermetikk) |
| Myke oster | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre oster | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sjokolade, søtsaker, snacks etc. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Frukt og grønnsaker | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Annen mat kjøpt utenlands | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Mat som luktet eller smakte vondt**

1. **Spiste du mat som luktet eller smakte vondt?**

|  |  |
| --- | --- |
| Ja Nei Usikker | Hvis ja, hva slags mat? |

**Mat som var gått over holdbarhetsdatoen**

1. **Spiste du mat som var gått over holdbarhetsdatoen?**

|  |  |
| --- | --- |
| Ja Nei Usikker | Hvis ja, hva slags mat? |

**Butikker**

1. **Spiste du mat som var kjøpt i delikatessebutikk, delikatessedisk eller ferskvaredisk?**

|  |
| --- |
| Ja Nei Usikker Hvis ja, hvilke varer og kjøpt i hvilke butikker? |
|  |
|  |
|  |

1. **I hvilke butikker ble maten du spiste i uken før sykdommen startet, innkjøpt?**

|  |  |
| --- | --- |
| Dagligvarer: |  |
| Kjøttvarer og fisk: |  |
| Grønnsaker og frukt: |  |
| Andre ferskvarer: |  |
| Delikatesser: |  |
| Annen mat: |  |

**Annen mat**

1. **Spiste du noen annen mat som vi ikke har nevnt til nå?**

|  |
| --- |
| Ja Nei Usikker Hvis ja, hvilke varer og kjøpt i hvilke butikker? |
|  |
|  |
|  |
|  |

**Kontakt med dyr**

1. **Hadde du kontakt med dyr eller fugler, eller med deres avføring eller fôr?**

|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor? Når? |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Husdyr og kjæledyr:** |  |  |  |  |
| Hund | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Katt | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Storfe (ku, kalv, okse) | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Gris | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Sau, geit | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Hest, ponni | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Høns, kylling, kalkun, ender, gjess | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Burfugler | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kanin, marsvin, hamster o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Mus eller rotte som kjæledyr | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Akvariefisk | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Skilpadder, slanger, krypdyr | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre husdyr eller kjæledyr | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| **Ville dyr:** | | | | |
| Måker | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Småfugler, fuglebrett, nek o.l. | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre ville fugler | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Piggsvin | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Ville mus, muselort | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Elg, hjort, rein, rådyr | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Hare, rype, skogsfugl, rev, bever | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre viltlevende dyr eller fugler | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Er det småfugl i hagen? | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Matet familien småfugl? | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Er det piggsvin i hagen? | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Matet familien piggsvin? | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| **Besøk i dyrepark, på gård eller seter:** | | | | |
| Besøkte du en zoologisk hage? | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Besøkte du en dyrepark? | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Besøkte du en gård med husdyr? | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Besøkte du en seter med husdyr? | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Smakte du på melken der? | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kjøpte du ost eller annen mat der? | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Spiste du der (f. eks. vafler)? | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Drakk du vann eller saft der? | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
|  | | | | |
| Var du på jakt? | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Bading**

1. **Badet du i sjøen, i ferskvann eller i basseng?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Ja | Nei | Usikker | Hvor ? Når? |
| Utendørs i sjøen | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Utendørs i ferskvann | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Utendørs i basseng / badestamp | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Innendørs i basseng / boblebad | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**Avsluttende spørsmål**

1. **Spiste du noe mat som ikke ble spist av andre, friske medlemmer av din husholdning?**

|  |
| --- |
| Ja Nei Usikker Hvis ja, hva slags mat? |
|  |
|  |
|  |

1. **Er det noen rester igjen av den maten du spiste i uken før sykdommen startet?**

Ta vare på matrester og emballasjen. (Mattilsynet: Ta prøver av matvarer som kan være suspekte!)

|  |
| --- |
| Ja Nei Usikker Hvis ja, hva slag mat? |
|  |
|  |
|  |

1. **Hva tror du selv er årsaken til sykdommen? Mistenker du et spesielt måltid eller matvare? Hvorfor?**

Noter hvordan maten ble tilberedt, oppbevart, servert eller kjøpt, dersom dette er kjent.

|  |
| --- |
|  |

**Takk for hjelpen!**

**SAMTYKKE:**

Jeg samtykker i at Folkehelseinstituttet og Mattilsynet kan bruke opplysningene i dette skjemaet til å oppklare sykdomsutbruddet som pågår:

|  |
| --- |
| Dato og underskrift: |

**Denne delen av skjemaet kan eventuelt utelates:**

|  |
| --- |
| **Samfunnsøkonomiske konsekvenser og underliggende sykdommer** |

**Hvor mange dager / timer var du syk?**

|  |  |
| --- | --- |
| Antall sykedager: |  |
| Er du frisk nå? | Ja 🗆 Nei 🗆 Usikker 🗆 |

**Hvor mange dager måtte du være hjemme fra arbeidet på grunn av denne sykdommen?**

Hvis pasienten er et barn eller trenger tilsyn av andre grunner, hvor mange dager måtte foreldre, andre foresatte eller pårørende være hjemme fra arbeidet for å passe pasienten?

|  |  |
| --- | --- |
| Antall tapte arbeidsdager: |  |

**Kontaktet du lege for denne sykdommen?**

|  |  |
| --- | --- |
| Antall legebesøk: |  |
| Antall telefoner til lege: |  |
| Ble det tatt avføringsprøve? | Ja 🗆 Nei 🗆 |
| Ble det tatt andre prøver? | Ja 🗆 Nei 🗆 Hvilke? |
| Fikk du sykmelding? | Ja 🗆 Nei 🗆 For hvor mange dager? |
| Fikk du penicilling eller annen antibiotika? | Ja 🗆 Nei 🗆 Hva slag? |
| Fikk du annen behandling av legen? | Ja 🗆 Nei 🗆 Hva slag? |

**Ble du innlagt i sykehus på grunn av denne sykdommen?**

|  |  |
| --- | --- |
| Ja 🗆 Nei 🗆 | |
| Når ble du innlagt? | Dato: |
| Hvor lenge var du innlagt? | Antall dager: |
| Fikk du pencillin eller annen antibiotika? | Ja 🗆 Nei 🗆 Hva slag? |
| Fikk du intravenøs væske (rett i blodåre)? | Ja 🗆 Nei 🗆 Hvor mange dager? |
| Fikk du annen behandling på sykehuset? | Ja 🗆 Nei 🗆 Hva slag? |

**Tok du noen andre medisiner eller legemidler for denne sykdommen?**

|  |  |
| --- | --- |
| Smertestillende / febernedsettende | Ja 🗆 Nei 🗆 Hva slag? (f.eks. paracet, ibux, dispril) |
| Medisiner mot diaré | Ja 🗆 Nei 🗆 Hva slag? (f.eks. imodium, travello) |
| Naturmedisin / helsekost | Ja 🗆 Nei 🗆 Hva slag? |
| Alternativ behandling | Ja 🗆 Nei 🗆 Hva slag? (f.eks. homeopatisk) |

**Har du noen kroniske sykdommer?**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Ja | Nei | Usikker | Kommentarer: |
| Magesår, magekatarr | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Problemer med magesyren | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Stadig, kronisk diaré | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Ulcerøs kolitt, Crohns sykdom | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Matallergi eller matintoleranse | 🗆 | 🗆 | 🗆 | (Inkludert cøliaki og laktoseintoleranse) |
| Andre mage-tarm-problemer | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Diabetes (sukkersyke) | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Leversykdom | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Revmatisk sykdom | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Immunsvekkelse | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre kroniske sykdommer | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |

**I løpet av måneden før sykdommen din startet, tok du noen medisiner?** (Se på medisinglasset)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Ja | Nei | Usikker | Hvilken medisin? Tar du medisinen fast? |
| Penicillin eller andre antibiotika | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Midler mot magesår | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Midler mot for mye syre | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Insulin, diabetes medisin | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Kortisontabletter, steroider | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre immundempende medisiner | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Helsekost, kosttilskudd, vitaminer | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Naturmedisiner | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |
| Andre medisiner | 🗆 | 🗆 | 🗆 |  |