Taulukko 4: Kokemukset koronapandemian aikana -kyselyn avovastaukset (n=461) ja haastattelutiivistelmät (n=65) luokiteltuna terveysryhmittäin

	Kysely	Haastattelu	
Luokittelu	n	n	Esimerkki kyselyn avovastauksesta
I Ei paljoakaan (tai yhtään) vaikutusta	**44**	**18**	
0 Perusterveet	21	6	"Ei käytännössä mitenkään. Arki on jatkunut samanlaisena kuin ennen koronaa."
1 Muu sairaus[1]	6	3	"Ei paljoa, sosiaaliset kontaktit vähentyneet hiukan."
2 Mielenterveysongelma[1]	5	3	"Ei merkittävästi mitenkään. Postipakettien haku on hiukan hankaloitunut, kun niitä liikkuu enemmän postissa."
3 Sairauden takia riskiryhmässä[1]	12	6	"Olen elänyt yhtä rajoitteista elämää sekä ennen että jälkeen koronan. Nyt tulee olla henkilökontakteissa varovaisempi kuin ennen. Näkymätön vaara!"
II Elämänlaadun parantuminen	**47**	**3**	
0 Perusterveet	15	1	"Työt ja opiskelu tehdään kotona, joten säästyy paljon työmatkoihin kuluvaa aikaa, jonka voi käyttää esim. nukkumiseen. Käydään pakollisilla asioilla vain ruuhka-aikojen ulkopuolella. Ei tavata ketään. Tehdään kunnollista ruokaa päivittäin. Elämä on ihanan rauhallista. Perheenjäsenillä on hyvät suhteet ja kotona on riittävästi tilaa olla erilläänkin. Liikuntaa tulee valitettavasti harrastettua liian vähän, normaalisti työmatkaliikunta muodostaa siitä suurimman osan."
1 Muu sairaus[1]	19	0	"Hektinen elämä on rauhoittunut. Enää menen vain työpaikan ja kodin väliä. Loppuajan vietän kotona yksin ja nautin joka hetkestä. Olen saanut paljon kaivattua lepoa ja rästihommia tehtyä kotona. Luultavasti jatkan näin enkä palaa harrastuksiini. Vointi on parantunut huikeasti ja elämänlaatu sen myötä."
2 Mielenterveysongelma[1]	9	2	"Pitkäaikaisella sairaslomalla olevana on helpottavaa, kun oravanpyörä on pysähtynyt ja paineet osallistumiseen siihen hieman hellittäneet sen myötä, vaikka painostusta on edelleen "kuntoutua" reippaaksi yhteiskunnan jäseneksi. Myös ihmiskontaktien väheneminen on auttanut jaksamaan paremmin."
3 Sairauden takia riskiryhmässä[1]	4	0	"Pysähtyminen on vähentänyt stressiä, saanut kokeilemaan uusia asioita kuten tanssi, leipominen. Pienien asioiden arvostus ja kiitollisuus ovat lisääntyneet. Toki sosiaalisia kontakteja on ollut välillä ikävä."
III Elämänpiirin kaventuminen	**185**	**16**	
0 Perusterveet	73	2	"Olen siirtynyt täysin etätöihin. En ole tavannut kasvokkain muita kuin avopuolisoa maaliskuun jälkeen."
1 Muu sairaus[1]	27	6	"Sosiaaliset kontaktit vähentyneet, kodin ulkopuoliset harrastukset tauolla."
2 Mielenterveysongelma [1]	31	6	"Lapset ovat kotiopetuksesta, en tapaa ihmisiä, käy kaupassa tai missään muuallakaan."
3 Sairauden takia riskiryhmässä[1]	54	2	"Elinpiiri ja sosiaaliset suhteet on supistunut, ei pääse harrastuksiin. Vertaistukiryhmät on siirtynyt verkkoon ja en koe sitä muotoa mieleiseksi." "Eristäytyminen, ei voi tavata omaa vanhaa äitiä ja lapsia ja lastenlapsia, ystävistä puhumattakaan."
IV Huoli lisääntynyt	**185**	**23**	
0 Perusterveet	52	3	"Koronaoireet ovat pelottavia ja toimintakyky on ollut paikoitellen todella heikko. Pelko, epäusko (2 negatiivisen koronatestin jälkeen), ahdistus ja turhautuminen (kun oireet vain jatkuvat) ja elämänilon menettäminen (kun tulevaisuudesta ei tietoa). Hallinnan tunteen täydellinen menettäminen."
1 Muu sairaus[1]	36	5	"Ahdistus, erittäin kova yksinäisyys kun mihinkään ei pääse ihmisten ilmoille edes näkemään, että muilla on mukavaa, vaikka muutoin olisikin yksin liikenteessä."
2 Mielenterveysongelma [1]	48	6	"Aiheuttanut stressiä, ahdistusta ja sosiaalisten tilanteiden pelkoa."
3 Sairauden takia riskiryhmässä[1]	49	9	"Yksinäisyys on ollut musertavaa :(Päivät eivät eroa toisistaan. Epätodellinen ja lamaantunut olo." "Kun kolmannen sektorin palvelut meni kiinni lähinnä A-kilta ja tukikohta lähti elämältäni pohja. En saanut tavata enkä saa vieläkään nähdä äitiäni."
Suuri muutos (suunta ei käy ilmi)		1	
Avovastausta ei jätetty	69		

[1] Terveysryhmät toisiaan poissulkevia seuraavassa järjestyksessä; ryhmä 3, ryhmä 2, ryhmä 1.