**Medicinsk kontroll av nattarbete AFS 2019:3**

|  |  |
| --- | --- |
| Datum: |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Namn: | Personnummer: |
| Bostadsadress: | Postadress: |
| Tel bostad: | Tel arbete: |
| Företag: | Avdelning: |

**Sätt kryss i rutorna för de alternativ som gäller**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Hur länge har du nattarbetat i nuvarande arbete?………………………………………………………………………………………. | **JA** | **NEJ** |
| 2 | Har du nattarbetat tidigare?Om ja, hur länge? ……………………………………………………………………………………….. | [ ]  | [ ]  |
| 3 | Har du några besvär som du tycker orsakats av nattarbetet?Om ja, vilka? …………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………… | [ ]  | [ ]  |
| 4 | Har du sömnbesvär?Om ja, på vilket sätt? …………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………… | [ ]  | [ ]  |
| 5 | Äter du någon medicin?Om ja, i så fall vilken/vilka? …………………………………………………………………………………….……………………………………………………………………………………………………………………………………….. | [ ]  | [ ]  |
| 6 | Motionerar du? Aldrig [ ]  1 -2 ggr/ [ ]  3- 4 ggr/v [ ]  5 ggr/v [ ]  |  |  |
| 7 | Hur ofta dricker du alkohol?Aldrig [ ]  1 g/månad [ ]  1 g/vecka [ ]  Flera ggr/vecka [ ]   |  |  |
| 8 | Är du rökare?Om ja, i hur många år? …………………………… Hur många/dag? ………………………….. | [ ]  | [ ]  |
| 9 | Hur bedömer du dina kostvanor?Bra [ ]  Mindre bra [ ]  Dåliga [ ]   |  |  |
| 10 | Har du någon av följande sjukdomar?• Diabetes• Mag-tarmsjukdom• Hjärt-kärlsjukdom• Astma• Epilepsi• Annan sjukdomOm ja, vilken/vilka………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………… | [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]  | [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]  |
| 11 | Påverkas din sociala situation av nattarbetet?Mycket negativt [ ]  Oförändrad [ ]  Mycket positivt [ ]  |  |  |
| 12 | Känner du obehag vid nattarbete?Mycket obehag [ ]  Oförändrat [ ]  Inget obehag [ ]  |  |  |

Kommentarer: …………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………