**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 sjukdom  Om 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: …………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

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

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

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