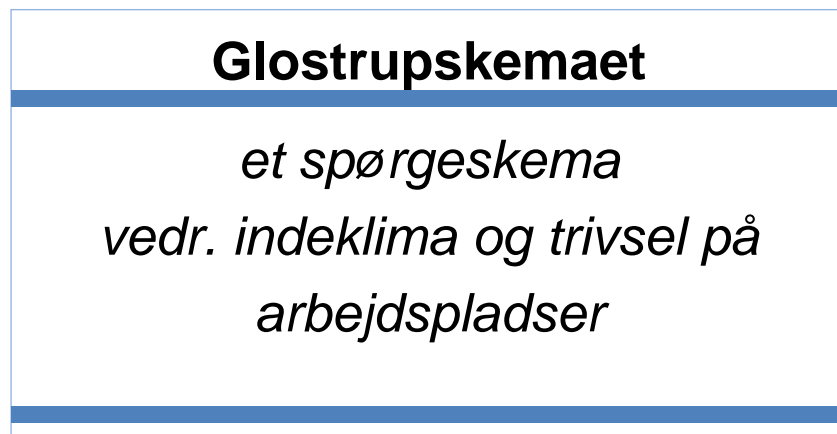


Denne vejledning til spørgeskemaet, normalmateriale samt tilhørende programmer til indtastning og analyse af data er udarbejdet af de arbejdsmedicinske klinikker i Glostrup, Bispebjerg, Køge og Slagelse, som i 2002 dannede Center for Indeklima- og Stressforskning. Spørgeskemaet kan bruges til kortlægning af en virksomheds indeklimateforhold og psykisk arbejdsklima samt eventuelle symptomer blandt de ansatte. Spørgeskemaet kaldes "Glostrupskemaet".

Spørgeskemaet er til fri afbenyttelse.

## Vejledning til brug af Glostrupskemaet version 2.1



Se nærmere om udredning af indeklimate symptomer på

[www.armoni.dk](http://www.armoni.dk)

# Vejledning i brug af Glostrupskemaet

---

Glostrupskemaet\* er udarbejdet med det formål at lave et standardiseret spørgeskema til indeklimate-undersøgelser.

Da psykosociale arbejdsforhold har væsentlig betydning for rapporteringen af symptomer, er der senere blevet tilføjet 10 spørgsmål om psykosocialt arbejdsmiljø.

Målgruppen har været alle aktører på arbejdsmiljøområdet, således at Glostrupskemaet ville kunne bruges såvel i forbindelse med arbejdspladsvurderinger som til forskning.

Der er desuden udarbejdet et modul til data-indtastning, således at besvarelsene af spørgeskemaerne kan indtastes på en nem og standardiseret måde.

Dette data-indtastningsmodul er lavet i softwareprogrammet EpiData, som gratis kan hentes ned fra Internettet frit tilgængeligt for alle ([www.epidata.dk](http://www.epidata.dk)). Brug EpiData Entry version 3.1 (DK setup). I EpiData kan man foretage simple beregninger med sammentællinger og beregning af hvor mange procent, der har svaret ja og nej til de forskellige spørgsmål. Disse resultater er som regel tilstrækkelige til at opgøre svarene fra spørgeskema-undersøgelsen og kan bruges til at sammenligne med det opgjorte normalmateriale her fra vejledningen.

Hvis man ønsker at foretage mere kompliceret databehandling, kan man eksportere ens data fra EpiData til gængse databehandlingsprogrammer som Excel, Access, EpiInfo, Stata, SAS og SPSS.

Glostrupskemaet kan bruges som led i en arbejdspladsvurdering til en kortlægning af de fysiske indeklimateforhold og det psykiske arbejdsmiljø eller trivsel samt til at prioritere, i hvilken rækkefølge man vil tage fat på eventuelle problemer.

Det kan imidlertid *ikke* bruges til at udtale sig om hvorvidt symptomer, som de ansatte har angivet i spørgeskemaet, skyldes påvirkninger i

indeklimate eller psykosociale arbejdsforhold. Dette kræver en lægelig eller psykologisk vurdering.

Spørgeskemaet er udelukkende valideret i forbindelse med voksne, hvorfor denne vejledning kun kan benyttes i relation til voksne.

Der kan læses mere om spørgeskemaet i rapporten "Indeklima, psykisk arbejdsmiljø og symptomer i Danmark - Et normalmateriale til Glostrupskemaet", ISBN 87-90879-63-5, der kan lånes via [www.bibliotek.dk](http://www.bibliotek.dk).

## **Indeklima- og trivselsundersøgelser**

Vi foreslår, at man ved arbejdspladsvurderingen går trinvist frem.

### **Trin 1: Inspektion og evt. drøftelse på personalemøder.**

Erfaringer viser, at indeklimateproblemer for størstedelen skyldes åbenlyse forhold, fx. alt for høj rumtemperatur, forurenende printere, snavsede indblæsningsriste til ventilationsanlæg m.v. Disse forhold vil vise sig ved en almindelig besigtigelse af lokalerne.

Problemer vedrørende det psykiske arbejdsmiljø kan være vanskeligere at kortlægge, men en mulighed er at tage emnet op på personalemøder.

De opdagede problematiske forhold samt planer for hvordan og i hvilken rækkefølge, de skal udbedres og følges op, noteres efterfølgende i arbejdspladsvurderingen.

### **Trin 2: Spørgeskemaundersøgelse.**

For at få et samlet overblik kan det være nødvendigt, at næsten alle ansatte giver oplysninger om, hvordan de oplever indeklimate og det psykiske arbejdsmiljø. I mindre virksomheder kan man som anført tage emnet op på personalemøder, mens det i større virksomheder kan virke mere uoverskueligt at tage fat på.

---

\* Glostrupskemaet er udarbejdet af en arbejdsgruppe bestående af repræsentanter fra Arbejdstilsynet, Bedriftssundhedstjenesten, de arbejdsmedicinske klinikker og embedslægeinstitutionen.

Desuden kan man have mistanke om, at der er problemer med indeklimaet, uden at man ved gennemgangen af lokalerne har fundet en årsag. I disse tilfælde kan det være gavnligt at gennemføre en spørgeskemaundersøgelse.

### **Praktisk brug af Glostrupskemaet**

En spørgeskemaundersøgelse er relativt tidskrævende og kræver nogen erfaring med brug af computer, hvorfor det ikke bør være det første, man går i gang med. Glostrupskemaet tager hver enkelt ansat ca. 10-15 minutter at udfylde. Ved databehandlingen skal man regne med, at man kan indtaste ca. 20 spørgeskemaer i timen. Dernæst kommer selve beregningen og fortolkningen af resultaterne.

Spørgeskemaet bør ikke anvendes, hvis antallet af ansatte, der skal deltage i spørgeskemaundersøgelsen, er mindre end 45 personer, idet resultaterne så bliver for usikre. Hvis man er under 45 personer, må man prøve at vurdere forholdene på baggrund af f.eks. interviews eller personalemøde.

Man bør tilstræbe, at deltagerprocenten bliver på over 80%. Dette for at opnå den bedst mulige pålidelighed af resultatet. Vi vil anbefale, at man sørger for, at ansatte, der er kortvarigt fraværende også deltager i undersøgelsen. Man bør gennem information, opslag og evt. e-mail motivere alle ansatte til at deltage, også ansatte uden symptomer eller gener.

Glostrupskemaet findes til sidst i denne vejledning og på hjemmesiden [www.armoni.dk](http://www.armoni.dk). Hvis man henter filen fra [armoni.dk](http://www.armoni.dk), kan man på forsiden af skemaet tilføje virksomhedens navn, og i hvilken måned og år undersøgelsen har fundet sted.

En stor besvarelsesprocent og ærlige svar forudsætter ofte, at spørgeskemaet behandles fortroligt. Når undersøgelsen gennemføres af arbejdsmiljøorganisationen på en arbejdsplads bør undersøgelsen altid foregå anonymt uden angivelse af personidentifikation på skemaet.

Det er kun i særlige tilfælde, at det kan være hensigtsmæssigt at få oplysninger om navn og

personnummer. Det vil oftest være i forbindelse med forskning, hvor registrering af personlige oplysninger i øvrigt kræver tilladelse fra Datatilsynet. I disse tilfælde skal man selv tilføje felter eller linier med plads til navn, cpr-nummer og evt. adresse. I indtastningsmodulet er der afsat plads til navn, adresse og cpr-nummer. Disse felter springes blot over, når undersøgelsen foregår anonymt.

### **Udfyldelsen af spørgeskemaet kan foregå**

- Ved at indkalde til et samlet møde for alle ansatte eller grupper af ansatte. Efter en kort instruks udfylder personerne skemaet i det lokale, hvor man er samlet. Herefter afleveres spørgeskemaet i en lukket kuvert.

*Eller*

- Ved at én person (fx. arbejdsmiljørepræsentant eller tillidsmand) står for at uddele og indsamle skemaerne. Skemaet udleveres med en anonym svarkuvert. Skemaerne bør udleveres og indsamles i løbet af den samme uge.

### **Indtastning**

Inden man går i gang med at opgøre resultaterne, skal man huske at påføre løbenummer på forsiden af skemaet.

Besvarelsene kan dernæst indtastes i EpiData, som er et freeware program, der kan hentes på: [www.epidata.dk](http://www.epidata.dk).

Download EpiData Entry version 3.1: Dk setup og Dk intro. På EpiDatas hjemmeside er der også instruktioner til brug af programmet, som i øvrigt er meget enkelt at bruge.

Når EpiData er installeret skal følgende tre filer hentes fra [armoni.dk](http://www.armoni.dk):

- glostrupskema\_v2\_1.rec
- glostrupskema\_v2\_1.chk
- figurer\_2014.xlsx

De to første filer bruges ved indtastningen og analyse, mens Excel-filen bruges til at fremstille figurer, hvor ens egne resultater sammenlignes med normalmateriale fra tabellerne.

OBS! Disse 3 filer skal lægges i **samme** mappe på ens computer for at fungere rigtigt.

Så kan man påbegynde indtastning i **EpiData**. EpiData åbnes. I menuen øverst klikkes på

#### 4. Indtast data

Vælg filen "glostrupskema\_v2\_1.rec", som du har downloaded.

I indtastningsprogrammet indtastes de tal, der står i den svarkategori, som den pågældende medarbejder har markeret. F.eks. et 3-tal, hvis der er svaret "ja, dagligt" som i nedenstående eksempel.

<b>1.</b>	Har du inden for de sidste 4 uger været generet af <b>kløe, tørhed eller irritation i øjnene?</b>
	nej..... 0
	ja, af og til ..... 1
	ja, flere gange om ugen ..... 2
	ja, dagligt ..... 3

Ved indtastning bruger man tabulatortasten til at springe fra et felt til det næste, hvis dette ikke sker automatisk.

Når det pågældende skema er indtastet, bliver man bedt om at bekræfte om observationen skal gemmes (svar ja). Næste skema kan derefter indtastes.

Ved afslutning af indtastning går man ind i menuen "fil" og vælger "luk dataform". Også her bliver man bedt om at bekræfte, om observationen skal gemmes.

Man kan fortsætte sin indtastning på et senere tidspunkt ved igen at vælge "indtast data" og vælge sin indtastningsfil. Man fortsætter nu indtastningen efter den sidst indtastede observation.

Mange af spørgsmålene har 4 eller 6 svarkategorier. Ved analyse af resultaterne har vi imidlertid lagt nogle af svarkategorierne sammen, så det kun svarer til to svarkategorier (dikotomiserede svar), så det bliver mere overskueligt.

I EpiData er der foretaget programmering således, at de dikotomiserede svar automatisk dannes ved indtastning. Disse nydannede

svarfelter ses til sidst på indtastningsbilledet. Det er disse felter, man skal vælge ved udregningerne. I Bilag 1 kan man se, hvordan denne gruppering er foregået.

### Analyse

De almindelige beregninger af hyppigheder af f.eks. klager over indeklimaet og psykisk arbejdsmiljø kan foretages i EpiData. Man går ind i menuen "Dokumentation" øverst på skærmen. Her vælges punktet:

Kodebog (grundtabeller)

Vælg din fil (glostrupskema\_v2\_1.rec). Nu kommer der en boks frem med titlen "Kodebog". Her skal man vælge observationer og felter. Programmet har automatisk valgt

- Alle observationer

Hvilket oftest er den mulighed, man skal vælge.

Hernæst skal man vælge felter. Da man kun skal foretage beregninger på de nydannede felter (med dikotomiserede svar), er det nemmest først at slette alle markeringerne ud for felterne ved at klikke på knappen "Ingen". Dernæst går man ned til de felter der hedder "sp1dic", "sp2dic",

Eksempel på hvordan rapporten viser den beregnede hyppighed (her af dårlig støtte på arbejde).

"sp3dic" osv. (de kommer efter navn og cpr-nummer).

Markér følgende felter:

- "sp1dic" til "sp13dic" (symptomer)
- "kravtot" til "stotte" (psykisk arbejdsmiljø)
- "sp191" til "sp1917" (indeklima).

Hvis man også ønsker at beregne hyppigheden af forkølelse influenza, forkølelse, allergier mm. markerer man også felterne fra sp151 til sp176.

Klik på knappen

4 OK

Der laves nu en rapport med sammentællinger over hvor mange der har svaret ja og nej til de forskellige spørgsmål. Rapporten kan gemmes og/eller skrives ud på printer ved at gå ind i menuen "fil" eller klikke på de tilsvarende ikoner. De tal, som man skal bruge fra rapporten, er procenttallene (kolonnen Pct.) med værdien 1 svarende til "ja". I eksemplet på næste side er dette tal: 33.3 procent.

Resultaterne kan bruges til at sammenligne med normalmateriale i tabel 1-4.

```
stotte ----- ringe støtte arbejde, 0=nej 1=ja
      type: Numerisk
      uoplyst: 3/6
      interval: [0 ; 1]
      unikke værdier: 3

      tabel:
      Frekv.   Pct.   Værdi   Label
              3     50.0     .
              1     16.7     0
              2     33.3     1
```

Man kan herefter indtaste de beregnede procenter i Excel-filen: figur\_2014.xlsx, såfremt man har programmet Excel.

I Excel indtaster man på arket "Data" de beregnede procenter for hvor mange, der har svaret ja (de samme tal der kunne sammenlignes med tabellerne). Øverst i den røde ramme på indtastningsarket skal man desuden skrive navnet på ens virksomhed og hvor mange, der har deltaget.

Figurerne dannes automatisk og findes ved at klikke på fanebladene:

- figur\_symptomer
- figur\_psykisk arbejdsmiljø
- figur\_påvirkning

### Tolkning af resultaterne

For at tolke resultaterne må man vide, hvor hyppigt klager over indeklimaet, det psykiske

arbejdsmiljø og symptomer normalt forekommer i befolkningen.

Hertil kan man bruge resultaterne vedrørende normalmaterialet, som er angivet på side 6 i denne vejledning.

De angivne tal i Tabel 1-4 er hhv. medianen og 90%-percentilen for forekomsten af symptomer, infektioner, allergier, klager over indeklimaet og klager over psykosocialt arbejdsmiljø.

Medianen angiver, at halvdelen af virksomhederne ligger under denne værdi, mens 90%-percentilen angiver, at 90% af virksomhederne ligger under denne værdi dvs. at de har det bedre.

**Som retningslinie** bør man ikke ligge over 90%-percentilen, men såfremt man ønsker en høj kvalitet i sit arbejdsmiljø, kan man tilstræbe at nærme sig eller komme under værdien for medianen.

Hverken medianen eller 90%-percentilen skal imidlertid opfattes som en ”grænseværdi”. Det er nemlig ikke muligt at angive en grænseværdi for hvor mange, der højst må klage over det ene eller andet forhold i indeklimaet eller over det psykosociale arbejdsmiljø, før man kan risikere at få gener eller symptomer.

Medianen kan anvendes i forbindelse med prioriteringen i arbejdspladsvurderingen. De områder, hvor man ligger over 90%-percentilen kan prioriteres højere end områder, hvor man ligger omkring medianen.

Resultaterne i disse tabeller er baseret på 41 virksomheder, som var tilfældigt udvalgt over hele Danmark og som ikke havde væsentlige problemer med indeklimaet. Det er virksomheder inden for servicebranchen (især kontorer, skoler, videregående uddannelsesinstitutioner og hospitaler), hvor ca. 2/3 af de ansatte var kvinder.

Visse af resultaterne i tabel 1 og 3 er dog justeret en anelse, idet vi mht. hæshed og hoste samt støj, støv/snavs og trange pladsforhold har udeladt resultaterne fra 9 folkeskoler og 2 gymnasier. Disse skoler adskilte sig væsentlig fra de øvrige virksomheder ved at have et langt højere klageniveau.

### **Problemer ved fortolkningen**

Hvis ens virksomhed er meget anderledes med hensyn til branche og kønsfordeling end de virksomheder der indgår i tabellerne, må man tolke resultaterne med et vis forbehold. Evt. kan man sammenligne med nogle af de øvrige

resultater i den tidligere omtalte rapport "Indeklima, psykisk arbejdsmiljø og symptomer i Danmark - Et normalmateriale til Glostrupskemaet". Der findes en stikprøve kaldet "Befolkningsgruppen" som er sammensat af 2164 personer (stort set lige mange mænd og kvinder) inden for en lang række brancher også industri og bygge/anlæg.

Hvis der på en virksomhed er meget tale om indeklimaet f.eks. pga. omfattende vand- og svampeskader, skal man tolke resultaterne af en spørgeskemaundersøgelse med stor varsomhed, da besvarelserne af et spørgeskema i høj grad påvirkes, hvis der er fokus på et emne. I sådanne tilfælde er indeklimaproblemet oftest velkendt i forvejen og en spørgeskema-undersøgelse vil ikke give yderligere information om indeklimaproblematikken. Tværtimod kan en spørgeskemaundersøgelse medføre unødigt uro om sagen. Vi fraråder derfor, at man i komplicerede indeklimasager gennemfører

spørgeskemaundersøgelser blandt de ansatte (eller eventuelle elever).

Man skal endelig være opmærksom på, at en spørgeskemaundersøgelse giver et generelt billede af hele virksomheden. Der kan godt være enkelte personer på en virksomhed, der døjer med specifikke problemer, som ikke kan opfanges med en spørgeskemaundersøgelse.

Hvis dette er tilfældet skal disse problemer selvfølgelig også indgå i prioriteringen i forbindelsen med arbejdspladsvurderingen, selvom det måske kun er få personer, der har problemet.

Med venlig hilsen

Charlotte Brauer, overlæge ph.d.  
Arbejds- og Miljømedicinsk Afdeling,  
Bispebjerg Hospital

Charlotte.Brauer@regionh.dk

**Tabel 1.**

Forekomsten af klager over indeklimaet. Gener der er til stede flere gange om ugen eller dagligt. Tal angivet i procent.

	Median	90%- percentilen
Træk	15,2	28,6
Høj temperatur	9,6	20,3
Skiftende temperatur	16,0	29,7
Lav temperatur	8,7	18,3
Indelukket luft	17,4	27,5
Tør luft	22,5	39,0
Ubehagelig lugt	9,6	19,0
Statisk elektricitet	10,7	20,8
Tobaksrøg	16,5	30,4
Støj i lokalet*	28,4	41,8
Støj fra andre lokaler*	15,6	23,9
Støj udefra	7,6	18,3
Dårlig belysning	10,7	20,4
Blænding	7,7	19,0
Støv/snavs*	15,8	31,9
Fodkulde	7,7	13,2
Trang plads*	11,3	22,8

\* Folkeskoler og gymnasier er udeladt i disse tabeller for disse specielle forhold, da de adskilte sig væsentligt fra de øvrige virksomhedsgrupper

**Tabel 2.**

Forekomsten af klager over psykosocialt arbejdsmiljø. Svarende er grupperet jf. Tabel 8 i rapporten. Tal angivet i procent.

	Median	90%- percentilen
Høje krav	41,9	54,0
Få ressourcer	29,8	41,8
Ring indflydelse	7,7	19,2
Dårlig stemning	10,4	30,0
Ring værdsat	17,0	24,4
Ulyst	7,1	11,5
Stress	16,8	26,6
Få udfordringer	21,2	38,1
Utilfredshed	11,9	21,2
Ring støtte	29,5	47,3

**Tabel 3.**

Forekomsten af symptomer, der er til stede flere gange om ugen eller dagligt. Tal angivet i procent.

	Median	90%- percentilen
Øjenirritation	8,4	16,0
Næseirritation	11,5	16,0
Tæt/Løbende Næse	12,1	18,6
Svælgirritation	8,5	13,2
Hæshed*	3,1	6,7
Hoste*	6,8	10,4
Pibende Vejtrækning	1,8	4,3
Åndenød	1,4	3,8
Tør Hud	25,3	33,9
Blussende Ansigt	6,3	12,1
Træthed	11,5	19,2
Hovedpine	11,1	16,9
Koncentrationsbesvær	3,8	9,8

\* Folkeskoler og gymnasier er udeladt i disse tabeller for disse specielle forhold, da de adskilte sig væsentligt fra de øvrige virksomhedsgrupper.

**Tabel 4.**

Forekomsten af infektioner og allergier (svarkategorien ”ja”). Tal angivet i procent.

	Median	90%- percentilen
Influenza	9,0	13,3
Forkølelse	30,3	41,7
Bihulebetændelse	5,4	8,0
Astma	9,8	15,5
Høfeber	29,0	38,8
Astmaeksem	9,6	14,3
Gentagne bihulebetændelser	10,4	17,0
Kronisk bronkitis	2,2	4,1
Pollen	16,3	22,9
Dyrehår	7,7	16,3
Støvmider	7,6	12,2
Skimmelsvampe	4,1	8,7
Nikkel	13,5	24,2
Anden allergi	14,3	19,4



## Bilag 1

Grupperingen af svarene er foregået på følgende måde:

Både med hensyn til symptomer og med hensyn til indeklimapåvirkninger regner vi kun de svar, der er markeret som ”flere gange om ugen” eller dagligt”, som et positivt svar. Besvarelser markeret i ”nej” og ”ja, af og til” anses for et negativt svar.

Med hensyn til infektioner og allergier er det kun et svar i rubrikken ”ja”, der tæller som et positivt svar, mens ”ved ikke” anses for et nej.

De psykosociale spørgsmål er delt forskelligt afhængigt af hvilket spørgsmål, der er tale om. Det fremgår af nedenstående tabel hvilke besvarelser, der anses for et positivt svar (markeret med et 1-tal under svarkategorien).

Kodning af de 10 psykosociale spørgsmål

<b>Hvor krævende synes du alt i alt dit arbejde er?</b>					
særdeles krævende 1	meget krævende 1	ret krævende 0	noget krævende 0	ikke så krævende 0	meget lidt krævende 0
<b>Har du tilstrækkeligt med tid og ressourcer til at løse dine arbejdsopgaver tilfredsstillende?</b>					
i meget høj grad 0	i høj grad 0	i nogen grad 0	i mindre grad 1	i ringe grad 1	i meget ringe grad 1
<b>Hvor stor indflydelse har du normalt på tilrettelæggelsen og udførelsen af dit arbejde?</b>					
meget stor 0	ret stor 0	moderat stor 0	ikke så stor 1	ret lille 1	meget lille 1
<b>Hvordan er stemningen og det psykiske arbejdsklima på din arbejdsplads?</b>					
meget god 0	ret god 0	nogenlunde god 0	ikke så god 1	ret dårlig 1	meget dårlig 1
<b>Synes du, at din arbejdsindsats bliver tilstrækkeligt værdsat?</b>					
i meget høj grad 0	i høj grad 0	i nogen grad 0	i mindre grad 1	i ringe grad 1	i meget ringe grad 1
<b>Hvor stor lyst har du normalt til at tage på arbejde?</b>					
meget stor lyst 0	ret stor lyst 0	nogen lyst 0	nogen ulyst 1	ret stor ulyst 1	meget stor ulyst 1
<b>Er dit normale daglige arbejde stressende på en ubehagelig måde?</b>					
altid 1	næsten altid 1	som regel 1	ofte 1	af og til 0	sjældent/aldrig 0
<b>Er dit normale daglige arbejde krævende på en spændende og udfordrende måde?</b>					
altid 0	næsten altid 0	som regel 0	ofte 0	af og til 1	sjældent/aldrig 1
<b>Hvor tilfreds er du alt i alt med dit arbejde?</b>					
meget tilfreds 0	ret tilfreds 0	tilfreds 0	lidt utilfreds 1	ret utilfreds 1	meget utilfreds 1
<b>Hvis du har problemer med dit arbejde, kan du så få den nødvendige hjælp/ støtte fra kolleger eller ledelse?</b>					
altid 0	ofte 0	af og til 1	sjældent 1	aldrig 1	har ingen 0

# Spørgeskema

## vedr.

# indeklima og trivsel

Glostrupskemaet version 2.1

De arbejdsmedicinske klinikker i Glostrup, Bispebjerg, Køge og Slagelse har som Center for Indeklima- og Stressforskning udarbejdet en *vejledning* for tolkning af resultaterne, der bør anvendes sammen med spørgeskemaet. Vejledningen findes på [www.armoni.dk](http://www.armoni.dk).

Spørgeskemaet kan bruges til kortlægning af en virksomheds indeklimaforhold og psykisk arbejdsklima samt eventuelle symptomer blandt de ansatte. Spørgeskemaet kaldes "Glostrupskemaet" og er til fri afbenyttelse.

# Sådan udfylder du skemaet.

Læs venligst dette igennem før du udfylder spørgeskemaet.

De fleste af spørgsmålene besvares ved at sætte en ring om det tal, hvor du synes svaret passer bedst. Kun hvis det er angivet, må der sættes flere ringe i samme spørgsmål.

**Alle spørgsmål bedes besvaret – også spørgsmål du vil besvare med "nej".**

Det er frivilligt at deltage. Den enkelte er anonym. Alle oplysninger behandles fortroligt og resultaterne videregives kun i en form, hvor ingen oplysninger om enkeltpersoner kan genkendes.

**Her følger 3 eksempler på, hvordan skemaet udfyldes.**

- 1.** Har du inden for de sidste 4 uger været generet af stoppet eller løbende næse?

nej ..... 0  
ja, af og til ..... 1  
ja, flere gange om ugen ..... 2  
ja, dagligt ..... ③

- 2.** Er du allergisk eller overfølsom overfor nogen af de følgende ting?

(én ring for hvert spørgsmål)

	nej	ja	ved ikke
Pollen? .....	0	①	2
Dyr (hund, kat, hest mv.)? .....	①	1	2
Støvmider? .....	0	1	②
Mug/skimmelsvampe? .....	①	1	2

- 3.** Hvor krævende synes du alt i alt dit arbejde er?

særdeles krævende	meget krævende	ret krævende	noget krævende	ikke så krævende	meget lidt krævende
1	2	3	4	⊗	6

<b>Hvor gammel er du? _____ år</b>	
<b>Dit køn</b>	kvinde ..... 1 mand ..... 2
<b>Ryger du dagligt?</b>	nej..... 0 ja..... 1
<b>Hvad er navnet på din nuværende arbejdsplads? _____</b>	
<b>Hvornår blev du ansat på din nuværende arbejdsplads?</b>	
_____ Måned                      år	
<b>Hvad er din stillingsbetegnelse? _____</b>	
<b>Hvor mange timer om ugen opholder du dig indendørs på din arbejdsplads?</b>	
_____ timer per uge	
<b>Dato for udfyldelse af dette skema: _____ (dag, måned, år)</b>	

1. Har du inden for de sidste 4 uger været generet af  
**kløe, tørhed eller irritation i øjnene?**

nej ..... 0  
ja, af og til ..... 1  
ja, flere gange om ugen ..... 2  
ja, dagligt ..... 3

2. Har du inden for de sidste 4 uger været generet af  
**kløe, tørhed eller irritation i næsen?**

nej ..... 0  
ja, af og til ..... 1  
ja, flere gange om ugen ..... 2  
ja, dagligt ..... 3

3. Har du inden for de sidste 4 uger været generet af  
**stoppet eller løbende næse?**

nej ..... 0  
ja, af og til ..... 1  
ja, flere gange om ugen ..... 2  
ja, dagligt ..... 3

4. Har du inden for de sidste 4 uger været generet af  
**tørhed eller irritation i svælget?**

nej ..... 0  
ja, af og til ..... 1  
ja, flere gange om ugen ..... 2  
ja, dagligt ..... 3

5. Har du inden for de sidste 4 uger været generet af  
**hæshed?**

nej ..... 0  
ja, af og til ..... 1  
ja, flere gange om ugen ..... 2  
ja, dagligt ..... 3

6. Har du inden for de sidste 4 uger været generet af **hoste?**

nej .....0  
ja, af og til ..... 1  
ja, flere gange om ugen.....2  
ja, dagligt .....3

7. Har du inden for de sidste 4 uger været generet af **hvæsen og piben i brystet?**

nej .....0  
ja, af og til ..... 1  
ja, flere gange om ugen.....2  
ja, dagligt .....3

8. Har du inden for de sidste 4 uger været generet af **anfald af besværet vejrtrækning i løbet af dagen, uden du foretog dig noget anstrengende?**

nej.....0  
ja, af og til ..... 1  
ja, flere gange om ugen .....2  
ja, dagligt.....3

9. Har du inden for de sidste 4 uger været generet af **tør hud på hænder eller arme?**

nej .....0  
ja, af og til ..... 1  
ja, flere gange om ugen.....2  
ja, dagligt .....3

10. Har du inden for de sidste 4 uger været generet af **tør eller blussende hud i ansigtet?**

nej .....0  
ja, af og til ..... 1  
ja, flere gange om ugen.....2  
ja, dagligt .....3

**11.** Har du inden for de sidste 4 uger været generet af **unaturlig træthed?**

nej ..... 0  
ja, af og til ..... 1  
ja, flere gange om ugen..... 2  
ja, dagligt ..... 3

**12.** Har du inden for de sidste 4 uger været generet af **hovedpine eller tunghedsfornemmelse i hovedet?**

nej ..... 0  
ja, af og til ..... 1  
ja, flere gange om ugen..... 2  
ja, dagligt ..... 3

**13.** Har du inden for de sidste 4 uger været generet af **koncentrationsbesvær?**

nej ..... 0  
ja, af og til ..... 1  
ja, flere gange om ugen..... 2  
ja, dagligt ..... 3

**14.** Har du inden for de sidste 4 uger været generet af **svimmelhed?**

nej ..... 0  
ja, af og til ..... 1  
ja, flere gange om ugen..... 2  
ja, dagligt ..... 3

**15. Har du inden for de sidste 4 uger haft**

(én ring for hvert spørgsmål)

	nej	ja	ved ikke
Influenza? .....	0	1	2
Forkølelse? .....	0	1	2
Bihulebetændelse? .....	0	1	2

**16. Andre sygdomme**

(én ring for hvert spørgsmål)

	nej	ja	ved ikke
Har du nogensinde haft astma? .....	0	1	2
Har du nogensinde haft allergisk snue eller høfeber? .....	0	1	2
Har du som barn haft eksem i knæhaser eller albuebøjninger? .....	0	1	2
Lider du af gentagne bihulebetændelser? .....	0	1	2
Lider du af kronisk bronkitis? .....	0	1	2

**17. Er du allergisk eller overfølsom overfor nogen af de følgende ting?**

(én ring for hvert spørgsmål)

	nej	ja	ved ikke
Pollen? .....	0	1	2
Dyr (hund, kat, hest mv.)? .....	0	1	2
Støvmider? .....	0	1	2
Mug/skimmelsvampe? .....	0	1	2
Nikkel? .....	0	1	2
Andet? .....	0	1	2
™ Hvad? _____ _____			



18.

Samlet vurdering af dit arbejde

**A. Hvor krævende synes du alt i alt dit arbejde er?**

særdeles krævende	meget krævende	ret krævende	noget krævende	ikke så krævende	meget lidt krævende
1	2	3	4	5	6

---

**B. Har du tilstrækkeligt med tid og ressourcer til at løse dine arbejdsopgaver tilfredsstillende?**

i meget høj grad	i høj grad	i nogen grad	i mindre grad	i ringe grad	i meget ringe grad
1	2	3	4	5	6

---

**C. Hvor stor indflydelse har du normalt på tilrettelæggelsen og udførelsen af dit daglige arbejde?**

meget stor	ret stor	moderat stor	ikke så stor	ret lille	meget lille
1	2	3	4	5	6

---

**D. Hvordan er stemningen og det psykiske arbejdsklima på din arbejdsplads?**

meget god	ret god	nogenlunde god	ikke så god	ret dårlig	meget dårlig
1	2	3	4	5	6

---

**E. Synes du, at din arbejdsindsats bliver tilstrækkeligt værdsat ?**

i meget høj grad	i høj grad	i nogen grad	i mindre grad	i ringe grad	i meget ringe grad
1	2	3	4	5	6

---

18.

Samlet vurdering af dit arbejde - fortsat

**F. Hvor stor lyst har du normalt til at tage på arbejde?**

meget stor lyst 1	ret stor lyst 2	nogen lyst 3	nogen ulyst 4	ret stor ulyst 5	meget stor ulyst 6
-------------------------	--------------------	-----------------	------------------	---------------------	--------------------------

---

**G. Er dit normale daglige arbejde stressende på en ubehagelig måde?**

altid 1	næsten altid 2	som regel 3	ofte 4	af og til 5	sjældent/aldrig 6
------------	-------------------	----------------	-----------	----------------	----------------------

---

**H. Er dit normale daglige arbejde krævende på en spændende og udfordrende måde?**

altid 1	næsten altid 2	som regel 3	ofte 4	af og til 5	sjældent/aldrig 6
------------	-------------------	----------------	-----------	----------------	----------------------

---

**I. Hvor tilfreds er du alt i alt med dit arbejde?**

meget tilfreds 1	ret tilfreds 2	tilfreds 3	lidt utilfreds 4	ret utilfreds 5	meget utilfreds 6
---------------------	-------------------	---------------	---------------------	--------------------	-------------------------

---

**J. Hvis du har problemer med dit arbejde, kan du så få den nødvendige hjælp og støtte fra kolleger eller ledelse?**

altid 1	ofte 2	af og til 3	sjældent 4	aldrig 5	har ingen 6
------------	-----------	----------------	---------------	-------------	----------------

---

19. Har du inden for de sidste 4 uger været generet af nogen af de nedennævnte forhold i dine arbejdsomgivelser?:

**Husk!!!**  
**at besvare alle spørgsmålene**  
**- også spørgsmål, du vil svare "nej" til.**

	nej	ja, af og til	ja, flere gange om ugen	ja, dagligt
A. Træk?.....	0	1	2	3
B. For høj temperatur? .....	0	1	2	3
C. Skiftende temperatur? .....	0	1	2	3
D. For lav temperatur? .....	0	1	2	3
E. Indelukket "dårlig" luft?.....	0	1	2	3
F. Tør luft?.....	0	1	2	3
G. Ubehagelig lugt? .....	0	1	2	3
H. Statisk elektricitet/"stød"? .....	0	1	2	3
I. Tobaksrøg? .....	0	1	2	3
J. Støj i lokalet?.....	0	1	2	3
K. Støj fra andre lokaler? .....	0	1	2	3
L. Støj udefra? .....	0	1	2	3
M. Dårlig belysning? .....	0	1	2	3
N. Blænding/reflekser? .....	0	1	2	3
O. Støv og snavs?.....	0	1	2	3
P. Fodkulde?.....	0	1	2	3
Q. Trange pladsforhold? .....	0	1	2	3

**Har du kommentarer til dit helbred og indeklimaet på din arbejdsplads,  
er du velkommen til at skrive dem her:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Før du returnerer spørgeskemaet, bedes du venligst kontrollere,  
at alle spørgsmål er besvaret.**

**Tak for din medvirken!**