

2. 교대근무 노출평가 문진표

< 소방공무원 교대근무 노출평가 문진표 >

1. 귀하의 현재 주 업무내용은 무엇입니까?

- ① 화재진압 ② 구급(운전 포함) ③ 구조(운전포함) ④ 행정 ⑤ 상황실
⑥ 운전(화재) ⑦ 화재조사 ⑧ 소방항공대 ⑨ 소방정대 ⑩ 기타

2. 귀하의 현재 교대근무 형태를 선택해 주세요.

- ① 3조 2교대 (21주기)
② 3조 2교대 (9주기/주주주야비야비야비)
③ 3조 2교대 (6주기/주주야야비비)
④ 3조 1교대 (당비비)
⑤ 2조 1교대 (당비)
⑥ 4조 2교대 (주야비휴)
⑦ 일근(주간근무)
⑧ 기타

3. 2번에서 응답한 현재의 교대근무 형태를 한지 얼마나 되었습니까?

()년 ()개월

가. 교대근무 수면장애 선별검사도구(SWDSQ)

모든 직원 대상

1. 지난 한 달 동안 교대근무를 할 때 너무 일찍 깨어서 다시 잠에 들지 못했던 것이 얼마나 있었습니까?

- ① 전혀 없었다 ② 약간 있었다
③ 상당히 있었다 ④ 매우 자주 있었다

2. 지난 한 달 동안 교대근무를 할 때 활동 중의 건강상태(well-being)는 어떠했습니까?

- ① 좋았다 ② 약간 안 좋았다
③ 상당히 안 좋았다 ④ 매우 안 좋았다

3. 지난 한 달 동안 교대근무를 할 때 일을 하는 중에 졸린 정도는 어떠했습니까?

- ① 졸리지 않았다 ② 약간 졸렸다
③ 상당히 졸렸다 ④ 매우 졸렸다

4. 휴무일(이틀 이상 쉬었을 때)에 운전을 하던 중 졸거나 깜박 잠이 들었던 경우가 있었습니까?

- ① 전혀 없었다 ② 약간 있었다
③ 상당히 있었다 ④ 매우 자주 있었다
⑤ 해당사항 없음(운전을 하지 않음)

5점 이상 → 증상 평가 도구.

나. 교대근무 수면장애 증상평가도구(BSWSQ)

선연검사 5점이상만

※ 지난 3개월 동안의 수면양상에 대해 해당하는 칸을 선택하여 표기(✓)를 해 주세요.

1. 불이 꺼진 후 잠들기까지 30분 이상이 걸리는 경우가 얼마나 자주 있었습니까?

	전혀 없었다	드물었다	가끔 있었다	자주 있었다	항상 있었다
(1) 주간근무	☐	☐	☐	☐	☐
(2) 야간/24시간근무	☐	☐	☐	☐	☐
(3) 휴무일/휴가	☐	☐	☐	☐	☐

2. 수면 후 30분 이상 깨어 있는 경우가 얼마나 자주 나타났습니까?

	전혀 없었다	드물었다	가끔 있었다	자주 있었다	항상 있었다
(1) 주간근무	☐	☐	☐	☐	☐
(2) 야간/24시간근무	☐	☐	☐	☐	☐
(3) 휴무일/휴가	☐	☐	☐	☐	☐

3. 수면 후 30분 이상 일찍 깨어서 다시 잠에 들 수 없었던 경우가 얼마나 있었습니까?

	전혀 없었다	드물었다	가끔 있었다	자주 있었다	항상 있었다
(1) 주간근무	☐	☐	☐	☐	☐
(2) 야간/24시간근무	☐	☐	☐	☐	☐
(3) 휴무일/휴가	☐	☐	☐	☐	☐

4. 수면 후 충분히 자지 못했다고 느낀 적이 얼마나 있었습니까?

	전혀 없었다	드물었다	가끔 있었다	자주 있었다	항상 있었다
(1) 주간근무	☐	☐	☐	☐	☐
(2) 야간/24시간근무	☐	☐	☐	☐	☐
(3) 휴무일/휴가	☐	☐	☐	☐	☐

5. 일을 하는 중 피곤하거나 졸리다고 느낀 경우가 얼마나 있었습니까?

	전혀 없었다	드물었다	가끔 있었다	자주 있었다	항상 있었다
(1) 주간근무	☐	☐	☐	☐	☐
(2) 야간/24시간근무	☐	☐	☐	☐	☐
(3) 휴무일/휴가	☐	☐	☐	☐	☐

6. 업무 중 휴게시간에 피곤하거나 졸리다고 느낀 경우가 얼마나 있었습니까?

	전혀 없었다	드물었다	가끔 있었다	자주 있었다	항상 있었다
(1) 주간근무	☐	☐	☐	☐	☐
(2) 야간/24시간근무	☐	☐	☐	☐	☐
(3) 휴무일/휴가	☐	☐	☐	☐	☐

7. 휴무일이나 휴가기간 중에 피곤하거나 졸리다고 느낀 경우가 얼마나 있었습니까?

	전혀 없었다	드물었다	가끔 있었다	자주 있었다	항상 있었다
	☐	☐	☐	☐	☐