

Číslo lokality:

--	--	--



Hluk a zdraví

**Průzkum zdravotního stavu obyvatelstva ve vztahu
k životnímu prostředí**

***Ústředí systému monitorování zdravotního stavu obyvatelstva
ve vztahu k životnímu prostředí***

Státní zdravotní ústav, Praha

2007

Vážená paní, vážený pane,

Státní zdravotní ústav v Praze a Krajský Zdravotní ústav provádějí **opakovaný průzkum** zdravotního stavu obyvatelstva ve vztahu k hlučnosti.

Váš dům se nachází v blízkosti místa, kde se dlouhodobě měří hluk, a proto byli do tohoto celostátního šetření vybráni i obyvatelé Vašeho domu a to ve věku **30 - 75 let**.

Věnujte, prosím, část svého volného času vyplnění dotazníku. Velmi nám záleží na tom, abychom získali odpovědi co největšího počtu obyvatel. Tím budou získané údaje věrohodnější a váženější a budou moci lépe sloužit jako argumenty pro získávání prostředků na ochranu zdraví.

Průzkum je anonymní, všechny informace týkající se Vaší osoby budou naprosto důvěrné a je vyloučeno jejich zneužití pro jakékoliv jiné účely. V závěrech průzkumu se objeví jen ve formě souhrnných anonymních informací, které vylučují jakoukoliv identifikaci jednotlivce.

Děkujeme Vám za spolupráci a pochopení.

MUDr. Růžena Kubínová, v. r.
ředitelka Ústředí monitoringu

Dotazník pro osoby ve věku 30 – 75 let

Pokyny pro vyplnění dotazníku:

- Odpovězte prosím na **všechny otázky**.
- U správné odpovědi zakroužkujte **číselný kód**:

Např:

Pohlaví :

muž..... ①

žena..... 2

- Odpovídáte-li číslem, vepište číslo na řádek.

Např.: Uvedte nadzemní podlaží bytu:..... 2

- Je-li pro odpověď vytvořena číselná stupnice, zakroužkujte stupeň, který nejlépe vystihuje Vaši odpověď.

Osobní údaje:

1. Rok narození:
2. Pohlaví :
muž 1
žena 2
3. Ukončené školní vzdělání:
základní (i neukončené) - nevyučen/a 1
vyučen/a, středoškolské bez maturity 2
středoškolské s maturitou 3
vysokoškolské 4

4. **Rodinný stav:**
- | | |
|--------------------|---|
| svobodný/á | 1 |
| ženatý/vdaná | 2 |
| druh/družka | 3 |
| rozvedený/á | 4 |
| vdovec/vdova | 5 |
5. **Uveďte Vaši současnou ekonomickou aktivitu:**
- pracující:
- | | |
|---|---|
| v zaměstnaneckém poměru | 1 |
| soukromý podnikatel (např. živnostník, majitel firmy) | 2 |
| pracující důchodce/kyně | 3 |
- nepracující:
- | | |
|---|---|
| nepracující důchodce/kyně (starobní, invalidní) | 4 |
| v domácnosti (např. na mateřské dovolené) | 5 |
| nezaměstnaný/á | 6 |

Bydlení:

6. **Kolik let bydlíte v nynějším bytě?**
7. **Uveďte nadzemní podlaží bytu**
(přízemí = 1. podlaží, 1. patro = 2. podlaží atd.):
.....
8. **Považujete svoje nynější bydliště (byt) za hlučné?**
- | | |
|-----------|---|
| ano | 1 |
| ne | 2 |
9. **Kolik let celkem jste prožil/a v hlučném bydlišti**
(včetně předchozích)?

10. Průměrná délka pobytu v bytě během pracovního dne v hodinách:
méně než 10 hodin 1
10 -20 hodin 2
více než 20 hodin 3
11. Omezujete větrání v bytě z důvodu dopravy v okolí Vašeho bydliště?
(v každém řádku zakroužkujte **jednu** možnost)

	ano, často	ano, občas	ne, nikdy
kvůli hluku	1	2	3
kvůli zápachu	1	2	3
kvůli prachu	1	2	3

12. Považujete izolaci oken Vašeho bytu z hlediska ochrany proti hluku za vyhovující?
ano 1
ne 2
13. Okna místnosti kde spíte jsou orientována převážně:
do ulice (napíšte jméno): 1
do dvora nebo zahrady 2
jinam, uveďte kam: 3
14. Okna ostatních obytných místností jsou orientována převážně:
do ulice (napíšte jméno): 1
do dvora nebo zahrady 2
jinam, uveďte kam: 3
15. Pobýváte dlouhodobě mimo své bydliště
(např. na chalupě nebo služební cestě)?
ano 1
ne 2
pokud ano, kolik měsíců v roce

16. V každém řádku, zakroužkujte číslo, které vyjadřuje, do jaké míry Vás v okolí Vašeho bydliště obtěžují následující problémy:

	Silně					Vůbec ne
	6	5	4	3	2	1
znečištění veřejných prostranství	6	5	4	3	2	1
znečištění ovzduší	6	5	4	3	2	1
hlučnost ve dne	6	5	4	3	2	1
hlučnost v noci	6	5	4	3	2	1
prašnost	6	5	4	3	2	1
zápach	6	5	4	3	2	1
automobilová doprava	6	5	4	3	2	1
kriminalita	6	5	4	3	2	1

Obtěžování hlukem

U následujících otázek zvažujte období posledních 12 měsíců.

17. Cítíte se doma obtěžování hlukem během dne?

Silně					Vůbec ne
6	5	4	3	2	1

18. Jakým způsobem Vás doma hluk ruší během dne?

(můžete označit i více možností)

- | | |
|---|---|
| neruší mě | 1 |
| narušuje moji komunikaci s lidmi | 2 |
| brání mi v soustředění | 3 |
| ruší mě jiným způsobem, uveďte jak: | 4 |

19. **Jak silně Vás doma obtěžují níže uvedené zdroje hluku během dne?**
(v každém řádku označte, prosím, pouze jednu možnost)

	Silně				Vůbec ne	
silniční doprava:						
osobní automobily	6	5	4	3	2	1
nákladní auta, kamióny	6	5	4	3	2	1
motocykly a mopedy	6	5	4	3	2	1
městská hromadná doprava:						
tramvaje	6	5	4	3	2	1
autobusy nebo trolejbusy	6	5	4	3	2	1
letecká doprava (včetně vrtulníku)	6	5	4	3	2	1
železniční doprava	6	5	4	3	2	1
zásobování obchodů a restaurací (nakládka a vykládka)	6	5	4	3	2	1
hluk z průmyslové výroby	6	5	4	3	2	1
hluk ze stavební činnosti	6	5	4	3	2	1
sirény vozů záchranné služby	6	5	4	3	2	1
hluk z okolních restauračních provozoven a kulturních zařízení	6	5	4	3	2	1
hlučné sporty (motokros, sportovní utkání)	6	5	4	3	2	1
sousedský hluk	6	5	4	3	2	1
z technického zařízení v domě (kotelny, výměňkové stanice, výtahy)	6	5	4	3	2	1
jiný zdroj, uveďte jaký.....	6	5	4	3	2	1

20. **Jak často jste doma obtěžováni níže uvedenými zdroji hluku během dne?**

(vyplňte, prosím, **každý řádek**, i když jste v předchozí otázce odpověděli, že Vás hluk z určitého zdroje vůbec neobtěžuje)

	Denně	Nejméně 1x za týden	Nejméně 1x za měsíc	Nejméně 1x v roce	Nikdy
silniční doprava:					
osobní automobily	5	4	3	2	1
nákladní auta, kamióny	5	4	3	2	1
motocykly a mopedy	5	4	3	2	1
městská hromadná doprava:					
tramvaje	5	4	3	2	1
autobusy nebo trolejbusy	5	4	3	2	1
letecká doprava (včetně vrtulníku)	5	4	3	2	1
železniční doprava	5	4	3	2	1
zásobování obchodů a restaurací (nakládka a vykládka)	5	4	3	2	1
hluk z průmyslové výroby	5	4	3	2	1
hluk ze stavební činnosti	5	4	3	2	1
sířeny vozů záchranné služby	5	4	3	2	1
hluk z okolních restauračních provozoven a kulturních zařízení	5	4	3	2	1
hlučné sporty (motokros, sportovní utkání)	5	4	3	2	1
sousedský hluk	5	4	3	2	1
z technického zařízení v domě (kotelny, výměňkové stanice, výtahy)	5	4	3	2	1
jiný zdroj, uveďte jaký.....	5	4	3	2	1

21. Je Váš spánek rušen hlukem?

Silně

6

5

4

3

2

Vůbec ne

1

22. Jak silně je rušen Váš spánek níže uvedenými zdroji hluku?

(v každém řádku označte, prosím, pouze jednu možnost)

	Silně					Vůbec ne
	6	5	4	3	2	1
silniční doprava:						
osobní automobily	6	5	4	3	2	1
nákladní auta, kamióny	6	5	4	3	2	1
motocykly a mopedy	6	5	4	3	2	1
městská hromadná doprava:						
tramvaje	6	5	4	3	2	1
autobusy nebo trolejbusy	6	5	4	3	2	1
letecká doprava (včetně vrtulníku)	6	5	4	3	2	1
železniční doprava	6	5	4	3	2	1
zásobování obchodů a restaurací (nakládka a vykládka)	6	5	4	3	2	1
hluk z průmyslové výroby	6	5	4	3	2	1
hluk ze stavební činnosti	6	5	4	3	2	1
sirény vozů záchranné služby	6	5	4	3	2	1
hluk z okolních restauračních provozoven a kulturních zařízení	6	5	4	3	2	1
hlučné sporty (motokros, sportovní utkání)	6	5	4	3	2	1
sousedský hluk	6	5	4	3	2	1
chrápání partnera	6	5	4	3	2	1
z technického zařízení v domě (kotelny, výměňkové stanice, výtahy)	6	5	4	3	2	1
jiný zdroj, uveďte jaký.....	6	5	4	3	2	1

23. **Jak často je Váš spánek rušen níže uvedenými zdroji hluku?**
(vyplňte, prosím, každý řádek, i když jste v předchozí otázce odpověděli, že hluk z určitého zdroje vůbec neruší Váš spánek)

	Denně	Nejméně 1x za týden	Nejméně 1x za měsíc	Nejméně 1x v roce	Nikdy
silniční doprava:					
osobní automobily	5	4	3	2	1
nákladní auta, kamióny	5	4	3	2	1
motocykly a mopedy	5	4	3	2	1
městská hromadná doprava:					
tramvaje	5	4	3	2	1
autobusy nebo trolejbusy	5	4	3	2	1
letecká doprava (včetně vrtulníku)	5	4	3	2	1
železniční doprava	5	4	3	2	1
zásobování obchodů a restaurací (nakládka a vykládka)	5	4	3	2	1
hluk z průmyslové výroby	5	4	3	2	1
hluk ze stavební činnosti	5	4	3	2	1
sířeny vozů záchranné služby	5	4	3	2	1
hluk z okolních restauračních provozoven a kulturních zařízení	5	4	3	2	1
hlučné sporty (motokros, sportovní utkání)	5	4	3	2	1
sousedský hluk	5	4	3	2	1
chrápání partnera	5	4	3	2	1
z technického zařízení v domě (kotelny, výměňkové stanice, výtahy)	5	4	3	2	1
jiný zdroj, uveďte jaký.....	5	4	3	2	1

24. Je narušen Váš spánek? Pokud ano, uveďte, jakým způsobem:
- | | |
|--------------------------------|---|
| obtížně usínám | 1 |
| probouzím se | 2 |
| obojí | 3 |
| není narušen, spím dobře | 4 |
- 24.a pokud máte problémy se spaním, je důvodem:
(můžete označit i více možností)
- | | |
|--|----|
| nevhodná teplota (teplo, zima) v místnosti kde spíte | 1 |
| nepřiměřené osvětlení, nedostatečné zatemnění | 2 |
| hluk pronikající do bytu z okolí | 3 |
| rušení partnerem, ostatními členy domácnosti nebo jiný
hluk vznikající uvnitř bytu | 4 |
| nekvalitní lůžko | 5 |
| pocit nebezpečí či nejistoty (strach ze zlodějů, živelná pohroma,
špatný stav budovy, sám/a doma) | 6 |
| peče o dítě nebo o nemocnou či na vás závislou osobu | 7 |
| psychické onemocnění - deprese či úzkosti | 8 |
| fyzické onemocnění (projevující se např. bolestí nebo dušností) .. | 9 |
| momentální obtížná životní situace (stres a starosti) | 10 |
| jiný důvod, uveďte jaký | 11 |
25. Jak často užíváte léky na spaní?.
- | | |
|------------------------|---|
| pravidelně denně | 1 |
| občas | 2 |
| nikdy | 3 |
26. Pokud užíváte léky na spaní, je to z důvodu hluku?
- | | |
|-----------|---|
| ano | 1 |
| ne | 2 |
27. Pijete večer (po 18.00) hodině černou kávu nebo silný černý čaj ?
- | | |
|-----------|---|
| ano | 1 |
| ne | 2 |
28. Chodíte obvykle spát v pravidelnou hodinu ?
- | | |
|-----------|---|
| ano | 1 |
| ne | 2 |

29. Kolik hodin průměrně denně spíte?
 ve všední den
 o víkendu

30. Do jaké míry jste, podle Vašeho názoru, citliví na hluk?

Silně						Vůbec ne
6	5	4	3	2	1	

31. Máte nějakou činnost (včetně práce), která Vás v životě těší?
 ano 1
 ne 2
32. Dokážete se snadno uvolnit a odpočívat?
 ano 1
 ne 2
33. Pocítujete pravidelně denně během práce nebo po práci únavu?
 ano 1
 ne 2
34. Trpíte často bolestmi hlavy?
 ano 1
 ne 2
35. Máte při rozčilení bušení srdce a jiné nepříjemné pocity?
 ano 1
 ne 2

Zaměstnání:

36. Pracoval jste v průběhu svého života na hlučném pracovišti?
ano 1
ne 2
- 36a. pokud ano, uveďte kolik let celkem

Otázky pro pracující

37. Je Vaše současné pracoviště hlučné?
(včetně hluku pronikajícího zvenku?)
ano, hluk mi vadí 1
ano, hluk mi nevadí 2
není hlučné 3
- 37a. pokud ano, používáte ochranné protihlukové pomůcky
(např. sluchátka, ucpávky)?
ano 1
ne 2
38. Jak často musíte během práce zvyšovat hlas,
abyste se domluvil/a s ostatními lidmi na pracovišti?
po celou pracovní dobu 1
většinu pracovní doby 2
asi 3/4 pracovní doby 3
asi 1/2 pracovní doby 4
asi 1/4 pracovní doby 5
skoro nikdy 6
nikdy 7
nevím 8
39. Pracujete pravidelně v noci a proto musíte spát přes den?
ano 1
ne 2

Životní styl:

40. Provozujete pravidelně ve svém volném čase nějakou hlučnou zájmovou činnost (např. motokros, střelba, hlasitá hudba)?
- ano1
- ne2
41. Kouříte cigarety?
- ano, pravidelně (nejméně 1 cigareta denně)1
- ano, příležitostně2
- ne, dříve jsem kouřil/a, ale přestal/a jsem3
- ne, nikdy jsem nekouřil/a4
42. Pobýváte alespoň 1 hod denně v zakouřeném prostředí?
- ano1
- ne2
43. Jak často provozujete ve volném čase následující aktivity, trvající déle než 30 minut?
(vyplňte prosím každý řádek a zakroužkujte jednu možnost)

Typ aktivity podmínkou je trvání alespoň 30 minut	Méně než 1x měsíčně nebo vůbec ne	1 - 3x měsíčně	1 - 3x týdně	4x týdně a více
<u>Fyzicky středně náročné:</u> např. chůze, rekreační cyklistika, práce na zahradě a v domácnosti	1	2	3	4
<u>Fyzicky náročné aktivity,</u> při kterých se zadýcháte a zapotíte nebo cvičení na zlepšení svalové síly: (sportovní aktivity: plavání, běh, míčové hry, posilovna atd.)	1	2	3	4

44. Dáváte přednost mléčným potravinám se sníženým obsahem tuku?
 ano 1
 ne 2
 nevím 3
45. Dáváte přednost rostlinným tukům pro tepelnou úpravu potravin?
 ano 1
 ne 2
 nevím 3
46. Dáváte přednost rostlinným tukům na chléb či pečivo?
 ano 1
 ne 2
 nevím 3
47. Uveďte, jak často jíte uvedené potraviny
 (v každém řádku zakroužkujte pouze jednu možnost)

	Méně než 1x měsíčně nebo vůbec ne	1 - 3x měsíčně	1 – 3x týdně	4x týdně a více
Mléčné výrobky (včetně sýrů)	1	2	3	4
Ryby	1	2	3	4
Drůbeží maso (kuře, krůta)	1	2	3	4
Zelenina a zeleninové saláty	1	2	3	4
Ovoce	1	2	3	4
Celozrnné pečivo	1	2	3	4
Smažené nebo fritované potraviny	1	2	3	4
Dorty a jiné cukrovinky	1	2	3	4

48. Jakým nápojům dáváte přednost?
 slazeným (např. limonády, džusy, slazený čaj, káva) 1
 neslazeným (stolní vody, neslazené minerálky, neslazený čaj, káva) 2

Zdravotní stav

49. Jak hodnotíte svůj zdravotní stav za posledních 6 měsíců?
- | | |
|--------------------|---|
| velmi dobrý | 1 |
| dobrý | 2 |
| průměrný | 3 |
| špatný | 4 |
| velmi špatný | 5 |
50. Slyšíte dobře?
- | | |
|-----------|---|
| ano | 1 |
| ne | 2 |
- 50a. pokud neslyšíte dobře, omezuje Vás to v běžné denní komunikaci?
- | | |
|-----------|---|
| ano | 1 |
| ne | 2 |
51. Máte v současnosti vysoký krevní tlak?
- | | |
|---------------------------------|---|
| ne | 1 |
| ne, protože užívám léky | 2 |
| ano, ale neléčím se | 3 |
| ano, přestože užívám léky | 4 |
| nevím | 5 |
52. Máte nebo měl/a jste následující onemocnění potvrzené lékařem v posledních pěti letech?

	ano	ne
Srdeční infarkt	1	2
Angina pectoris, ischemická choroba srdeční	1	2
Mozková mrtvice	1	2
Vysoký krevní tlak	1	2
Vředová choroba žaludku a dvanáctníku	1	2
Chronická úzkost nebo deprese	1	2
Porucha sluchu	1	2

53. Trpí nebo trpěl některý z Vašich rodičů srdečně - cévním onemocněním
(srdeční infarkt myokardu, mozková mrtvice, angina pectoris)
před dosažením 60let věku?

ano 1
ne 2
nevím 3

54. Uveďte, prosím, svou váhu v kg:

55. Uveďte, prosím, svou výšku v cm:

Prosíme Vás o vyjádření souhlasu s účastí ve studii

INFORMOVANÝ SOUHLAS:

Byl/a jsem srozumitelně informován/a o účelu šetření a souhlasím s mojí účastí v šetření a s použitím získaných dat pro účely šetření. Byl/a jsem ujištěn/a, že informace získané při šetření budou důvěrné a je vyloučeno jakékoliv jejich zneužití. V žádném uveřejněném výsledku nebudou jmenovány žádné osoby.

datum:podpis:

Děkujeme Vám za laskavé vyplnění dotazníku.