



## Zwangerschap en werk

Tijdens en vlak na de zwangerschap lopen vrouwen en het ongeboren kind extra risico's. Deze risico's kunnen onder andere samenhangen met de lichamelijke belasting en de blootstelling aan andere gevaren. De arbeidsomstandighedenwet beschouwd een medewerkster pas zwanger als zij haar zwangerschap heeft gemeld bij de werkgever. Behalve in de zwangerschap zelf kunnen arbeidsrisico's een gevaar vormen in de préconceptiefase en in de periode van borstvoeding. Daarom is het noodzakelijk dat tijdig rekening gehouden wordt met preventieve maatregelen.

### Wat is de gewenste situatie?

- ✓ Het werk heeft geen nadelige invloed op de zwangerschap voor zowel moeder als ongeboren kind.
- ✓ Na de bevalling en herstelperiode wordt gelegenheid gegeven om borstvoeding te geven of af te kolven.

### Maatregelen

- Inventariseer welke werkzaamheden belastend voor zwangere vrouwen zijn.
- Bespreek risico's met betrokkene(n). Maak duidelijke afspraken met de zwangere en haar collega's en zorg dat deze worden nagekomen.
- Zorg dat de zwangere werkzaamheden verricht die geen nadelige invloed hebben op de zwangerschap.
- Zorg na de bevalling en herstelperiode dat er een ruimte is om de borstvoeding te geven of te kolven. Als die ruimte er niet is, moet de werkneemster tijd krijgen om op een andere plaats af te kolven of het kind te voeden.

## Aandachtspunten voor medewerkers

- Meld je zwangerschap tijdig bij je werkgever. Vooral bij werk met schadelijke stoffen, biologische agentia, ioniserende straling en werkstress.
- Werk niet met gevaarlijke stoffen.
- Laat zwaar lichamelijk werk over aan anderen.



Bespreek wat je nog wel en niet kan.

Wil je meer weten, kijk onderaan onder "Meer info".

## Toelichting

- Zorg dat de zwangere geen werkzaamheden verricht die een nadelige invloed zouden kunnen hebben op de zwangerschap of overgedragen kunnen worden op een pasgeborene.
- Leg het bedrijfsbeleid inzake zwangerschap en arbeid vast. Denk o.a. aan bij wie en waar men voor vragen en informatie terecht kan, werk- en rusttijden, pauzes, mogelijkheden voor kolfruimte(s) en zwangerschapsverlof.
- Leg per afdeling vast welke specifieke of grotere risico's er zijn bij zwangerschap en welke aanvullende maatregelen noodzakelijk zijn. Gebruik de checklist.

## Organisatie en voorbereiding

- Beschrijf de wijze waarop de organisatie er voor zorgt dat het werk geen schade toebrengt aan:
  - De vruchtbaarheid en de ei- en zaadcellen (arbozorg in de préconceptiefase).
  - De zwangerschap, het ongeboren kind en de gezondheid van de medewerker zelf (arbozorg in de zwangerschap).
  - De borstvoeding en de gezondheid van de medewerker zelf (arbozorg in de periode van borstvoeding).
- Geef aan:
  - Op welke voorzieningen aanspraak gemaakt kan worden (o.a. om (dreigend) verzuim in de zwangerschap en na de bevalling tegen te gaan; verbod op discriminatie wegens zwangerschap of bevalling).
  - Hoe gevaren voor zwangerschap in kaart worden gebracht (via de RI&E) en
  - Welke aanvullende maatregelen noodzakelijk zijn (arbozorg in de periode van zwangerschap en borstvoeding).





### ***Afdelingschecklist van mogelijke risico's bij zwangerschap:***

- In het werk op de afdeling komen één of meer van de volgende risico's voor:
  - Lichamelijk zwaar werk
  - Blootstelling aan gevaarlijke stoffen
  - Blootstelling aan biologische agentia
  - Werkstress
  - Ploegendienst of nachtwerk
  - Extreme hitte of kou
  - Schadelijk geluid
  - Trillingen
  - Ioniserende of niet-ioniserende straling
  - Werken onder overdruk
  - Ongevalstrauma's met risico's voor de zwangerschap.
- Leg per afdeling / type werkzaamheden vast welke van de bovenstaande risico's van toepassing zijn en of er aanvullende maatregelen noodzakelijk zijn.
- Actualiseer de RI&E periodiek.
- Neem maatregelen op basis de risico's. Voor meer informatie; raadpleeg [Handreiking Arbomaatregelen Zwangerschap & Werk \(Stichting van de Arbeid, 2013\)](#)
- Vraag advies aan de arbodienst of een kerndeskundige zoals de bedrijfsarts of de arbeidshygiënist bij twijfel over de te nemen maatregelen.
- Zorg voor maatwerk want:
  - Een zwangerschap verloopt voor iedere vrouw weer anders, zodat maatwerk van belang is.
  - Daarnaast gaat iedere vrouw anders om met de veranderingen die het krijgen van een kind veroorzaakt.
- Informeer de werkneemster na de melding over de risico's op de werkplek.
- Maak met de zwangere en haar collega's werkafspraken voor de komende periode.
- Zorg voor een geschikte kolfruimte (zie [bijlage 1 Richtlijnen kolven op de werkplek](#)).

### **Voorlichting en instructie**

**De werkgever zorgt er voor dat:**



- Alle medewerkers bij indiensttreding worden ingelicht over de aanwezigheid van arbeidsrisico's die de vruchtbaarheid en de ei- of zaadcellen kunnen schaden, inclusief de noodzakelijke beheersmaatregelen.
- Alle medewerkers op de hoogte zijn dat het melden van een kinderwens of (prille) zwangerschap op prijs wordt gesteld, rekening houdend met de keuzevrijheid van de medewerker.
- Een zwangere medewerkster binnen twee weken na de melding van haar zwangerschap voorlichting krijgt over de arbeidsrisico's en de te treffen maatregelen gedurende haar zwangerschapsperiode en de locatie en het gebruik van de rustruimte.
- Een zwangere medewerkster vlak voor haar zwangerschapsverlof voorgelicht wordt met betrekking tot rechten en voorzieningen in de periode van borstvoeding (zie [bijlage 1 Richtlijnen kolven op de werkplek](#)).
- De directe collega's geïnformeerd worden over de arbeidsrisico's en de maatregelen voor de collega en de gevolgen van deze maatregelen voor hun eigen werk.
- De leidinggevende geïnformeerd wordt over de wettelijke voorschriften de arbeidsrisico's en de te nemen maatregelen in verband met zwangerschap.

### **Aanspraak op voorzieningen en regelingen:**

De medewerker:

- Meldt tijdig bepaalde momenten aan de werkgever om aanspraak te maken op bepaalde voorzieningen of regelingen. Dit betreft tenminste:
  - de zwangerschap,
  - de uiterekende datum van bevalling,
  - het moment van opnemen van zwangerschaps- en bevallingsverlof,
  - het daadwerkelijke moment voor bevalling en
  - het geven van borstvoeding en kolven.
- Dient een verzoek in om haar werk zo inrichten dat rekening gehouden wordt met haar specifieke omstandigheden.

### **Meer info/gebruikte basisdocumenten**

- [www.zwangerwijzer.nl](http://www.zwangerwijzer.nl)
- [Handreiking Arbomaatregelen Zwangerschap & Werk \(Stichting van de Arbeid, 2013\)](#).
- [Bijlage 1 Richtlijnen kolven op de werkplek](#)
- Arbo-informatieblad AI-12: Zwangerschap en Arbeid, SDU.
- [Hoe zorgt u voor een gezonde en veilige werkomgeving?](#)