



# Zwangerschap en arbeid

## Inhoudsopgave

- Wat is de gewenste situatie?
- Maatregelen
- Checklist
- Toelichting op de maatregelen
  - Organisatie en voorbereiding
  - Persoonlijke beschermingsmiddelen
  - Wat u verder nog moet weten



Goedgekeurd door Sociale Partners

Tijdens en na de zwangerschap lopen vrouwen en het (ongeboren) kind extra risico's. Deze risico's kunnen in de varkenshouderij onder andere samenhangen met de lichamelijke belasting, de blootstelling aan stof/endotoxinen, gevaarlijke stoffen en medicijnen, trillingen en lawaai.

## 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 fysiek belastend voor een zwangere zijn.
- ➔ Maak afspraken over de werkzaamheden die gedaan moeten worden.
- ➔ Bespreek risico's met betrokkene(n), zoals mogelijke blootstelling aan specifieke medicijnen en gevaarlijke stoffen en vereiste bescherming daarvoor.
- ➔ 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. Als die ruimte er niet is, moet de werkneemster tijd krijgen om op een andere plaats af te kolven of het kind te voeden.

## Checklist

- Meld de zwangerschap bij de bedrijfsleiding/werkgever zodat deze rekening kan houden met de door jou uit te voeren werkzaamheden.
- Stel jezelf op de hoogte van de gevaren op het werk.



- Wees altijd voorzichtig met gevaarlijke stoffen. Ga na wat de risico's van de gevaarlijke stoffen zijn voor zwangeren en/of je ongeboren kind, of je ermee in aanraking mag komen. Gebruik altijd de aanbevolen bescherming.
- Bespreek wat je wel en niet kan
- Stel al je vragen aan de leidinggevende, of raadpleeg de bedrijfsarts.
- Til tijdens de zwangerschap geen zware gewichten en til naarmate de zwangerschap vordert zo min mogelijk.
- Pas op voor harde geluiden: het ongeboren kind kan hier schade van ondervinden.

## Toelichting op de maatregelen

### Organisatie en voorbereiding

- Informeer alle vrouwen in de vruchtbare leeftijd over specifieke risico's, die in de bedrijfsvoering kunnen voorkomen.
- Zorg dat men voor de duur van de zwangerschap geen zwaar werk doet.
- Als er toch getild moet worden: Gedurende de gehele zwangerschap en de eerste drie maanden erna niet meer tillen dan 10 kg (in één handeling). Vanaf de 20e week niet meer dan 5 kg tillen. (maximaal 10 maal per dag). Vanaf de 30e week niet meer dan 5 kg tillen (maximaal 5 maal per dag).
- Voorkom dat men in contact komt met stoffen die voor een zwangere gevaarlijk kunnen zijn.
- Zwangere werknemers mogen niet worden blootgesteld aan equivalente geluidsniveaus boven 80 dB(A). Lawaai kan leiden tot onomkeerbare gehoorschade bij het ongeboren kind.
- Voorkom de blootstelling aan lichaamstrillingen. De blootstelling aan lichaamstrillingen leidt vermoedelijk tot een hoger risico op vroeggeboorte. Denk aan reiniging met hogedruk reiniger. Daarnaast is het risico op rugklachten door blootstelling aan lichaamstrillingen door zwangerschap verhoogd.
- Stel betrokkene, indien gewenst, in de gelegenheid om naar het [preventiesprekkuur van Stigas](#) te komen.
- De bedrijfsarts maakt met betrokkene een risicoanalyse waarop een advies wordt gegeven.
- Zorg dat er tijdig een ruimte beschikbaar is om te kolven of te voeden. Zie bijlage "Kolven".

### Persoonlijke beschermingsmiddelen

- Gebruik persoonlijke beschermingsmiddelen zoals vastgesteld in risico inventarisatie en het advies van de bedrijfsarts en bij gebleken aanvaardbaar risico, in ieder geval voor de duur van de zwangerschap.

### Wat u verder nog moet weten

In de risico-inventarisatie en -evaluatie wordt, indien er zwangeren in het bedrijf werken of voor kunnen komen, aandacht besteed aan de risico's voor deze groep. De risico-inventarisatie en -evaluatie moet ter inzage liggen bij het bedrijf.

### Meer informatie

- Bijlage "Kolven"
- Giftige stoffen bij de voortplanting



- Fysieke belasting [www.arbobondgenoten.nl](http://www.arbobondgenoten.nl)
- Infectieziekten [www.rivm.nl/cib](http://www.rivm.nl/cib) en [www.kiza.nl](http://www.kiza.nl)
- [Handreiking Arbo maatregelen](#) van de Stichting van den Arbeid