

## Zwangerschap en werk in de GGZ: een overzicht

Iedere werknemer heeft recht op een veilige en gezonde werkplek. Voor werknemers die zwanger zijn, borstvoeding geven of kolven, moet de werkgever extra maatregelen nemen om hun gezondheid en veiligheid te waarborgen.

Als een werknemer zwanger wil worden, zwanger is, borstvoeding geeft of kolft is het belangrijk dat zij dit bij de werkgever meldt. Vanaf het moment dat de werknemer dit heeft gemeld geeft de werkgever voorlichting en past waar dat nodig is de werkzaamheden van de werknemer aan. Hoe dit door de werkgever en werknemer wordt gerealiseerd is uitgewerkt in dit document..

Voor werknemers die zwanger zijn, borstvoeding geven of kolven, moet de werkgever extra maatregelen nemen om hun gezondheid en veiligheid te waarborgen.

Er zijn aanvullende maatregelen nodig ter bescherming van:

- ✓ de zwangerschap, om een miskraam of vroeggeboorte te voorkomen;
- ✓ het ongeborn kind, om aangeboden afwijkingen of een laag geboortegewicht te voorkomen;
- ✓ de borstvoeding, om terugslag op de borstvoeding te voorkomen;
- ✓ de zuigeling, om het overbrengen van gevaarlijke stoffen of infectierisico's door het geven van borstvoeding te voorkomen;
- ✓ de gezondheid van de werknemer zelf. De belastbaarheid van de vrouw verandert (snel) door de zwangerschap. Bepaalde risico's hebben een grotere impact dan daarvoor.

### **Beleid zwangerschap en borstvoeding**

- Formuleer een beleid ten aanzien van zwangerschap en arbeid met deze onderdelen:
  - het geven van voorlichting en instructie m.b.t. zwangerschap en werk;
  - acties na het moment van melding van de zwangerschap;
  - organiseren van aanpassingen in het werk vanaf vermoede of prille zwangerschap tot en met de periode van borstvoeding;
  - waar werknemers met hun vragen over zwangerschap en werk terecht kunnen;
  - het melden van het geven van borstvoeding en de voorwaarden waaronder dit op of buiten de werkplek kan plaatsvinden;
  - een protocol voor de handwijze bij een uitbraak van een epidemie of een infectie in de directe werkomgeving die risico's bij zwangerschap met zich mee kan brengen;
  - het tijdstip van het zwangerschaps- en bevallingsverlof.
- Stel in de Risico-inventarisatie en -evaluatie vast of risico's voor zwangerschap en borstvoeding aanwezig zijn in het werk, die te maken hebben met:
  - lichamelijk zwaar werk (grote inspanning, tillen, duwen, trekken, belastende werkhoudingen);
  - blootstelling aan agressie/geweld met risico's voor de zwangerschap;
  - blootstelling aan gevaarlijke stoffen (geldt voor zowel de zwangere werknemer als de werknemer die borstvoeding geeft/kolft);
  - blootstelling aan biologische agentia (geldt voor zowel de zwangere werknemer als de werknemer die borstvoeding geeft/kolft);
  - werkstress door agressie en geweld en/of werkdruk (geldt voor zowel de zwangere werknemer als de werknemer die borstvoeding geeft/kolft);
  - nachtarbeid of onregelmatige diensten;
  - extreme kou of hitte;
  - lawaai;
  - trillingen;
  - ioniserende straling;

- niet-ioniserende straling;
- werken onder overdruk.
- Stel de specifieke te nemen maatregelen vast volgens het RAAK-principe:
  - R: Risico's wegnemen binnen de eigen functie en de eigen werkplek;
  - A: (tijdelijk) Aanpassing van het werk en/of aanpassing van de werk- en rusttijden;
  - A: Ander werk;
  - K: Keerpunt in de benadering, namelijk het vrijstellen van het verrichten van arbeid.

Deze aanvullende maatregelen moeten worden genomen volgens de voorschriften van artikel 1.42 van het Arbobesluit. Als de eerste maatregel door de werkgever redelijkerwijs niet te realiseren is, zal hij de tweede moeten nemen. Is de tweede maatregel ook niet te realiseren dan neemt hij de derde en in het uiterste geval de vierde maatregel.

- Informeer leidinggevenden over de wettelijke kaders, de arborisico's, de afgesproken aanvullende maatregelen in de zwangerschap en de periode van borstvoeding en hun rol als initiatiefnemer in het gesprek met de desbetreffende werknemer. (zie downloads)
- Informeer actief alle vrouwen bij indiensttreding en binnen 1 week nadat de vrouw gemeld heeft zwanger te zijn of te willen worden, over de risico's en het beleid ten aanzien van zwangerschap en werk.
- Stel het beleid vast in overleg met de Ondernemingsraad/personeelsvertegenwoordiging. De OR/PVT heeft instemmings-, advies- en initiatiefrecht over (onderdelen) van dit beleid.

### **Arbeidsrisico's**

Voor de zwangerschap en borstvoeding relevante arbeidsrisico's worden hieronder benoemd. De reguliere maatregelen zijn elders in de arbocatalogus voor de ggz-sector beschreven en daar is sowieso rekening mee te houden. Bij zwangerschap en borstvoeding zijn er daarnaast aanvullende maatregelen nodig. Ook die zijn in deze arbocatalogus bij de desbetreffende onderwerpen aangegeven en moeten in het kader van de RI&E in ogenschouw genomen worden.

### **Agressie en geweld**

- Agressie en geweld valt in de Arbeidsomstandighedenwet onder psychosociale arbeidsbelasting (PSA). PSA veroorzaakt stress. Stress kan onder andere leiden tot zwangerschapsgerelateerd verzuim en ook tot een latere werkhervatting na de bevalling. Werkstress heeft nadelige gevolgen voor de zwangerschap, het ongeboren kind en de borstvoeding.
- Daarnaast kan bij fysieke agressie een risico op fysieke schade (letsel) voor zwangere of het ongeboren kind aanwezig zijn. Op afdelingen waar er een verhoogd risico op fysieke agressie is, wordt de zwangere medewerkster vrijgesteld van de taken waarin zij bloot kan staan aan dit risico.
- **Maatregelen:** Waar de taken stress veroorzaken t.g.v. agressie en geweld of risico geven dat er fysiek geweld optreedt naar de zwangere werknemer, wordt de zwangere vrijgesteld van deze taken. E.e.a. betekent dat je in de RI&E vaststelt in welke afdelingen/groepen aanpassingen gedaan worden in hun taken als medewerkers zwanger zijn, zodat zij geen risico lopen op agressie of geweld die hun zwangerschap in gevaar brengt.

### **Fysieke belasting**

- Tijdens de zwangerschap en de periode na de bevalling zijn vrouwen extra kwetsbaar voor fysieke overbelasting en vermoeidheid. Na de bevalling moet de belasting geleidelijk aan opgebouwd worden.

- **Maatregelen:** in het tweede en derde trimester van de zwangerschap en de drie maanden na de bevalling wordt het werk aangepast zodanig dat veel kracht gebruiken zoals bij tillen, duwen en trekken en belastende werkhoudingen zoals bukken, op de hurken zitten worden beperkt. Zie voor de specifieke grenzen de download [Zwangerschap en Fysieke Belasting in de GGZ](#). De taken van de zwangere werknemer worden zodanig aangepast dat deze grenzen niet overschreden worden.

### **Gevaarlijke stoffen**

- Bepaalde gevaarlijke stoffen (waaronder tabaksrook) kunnen schadelijk zijn voor de zwangerschap, het ongeboren kind en de zuigeling via de borstvoeding. Het gaat daarbij vooral om:
  - voor de voortplanting giftige stoffen, die van invloed zijn op de vruchtbaarheid, de ontwikkeling van het ongeboren kind en de borstvoeding;
  - kankerverwekkende stoffen en processen;
  - mutagene stoffen.
- Breng de gevaarlijke stoffen in kaart:
  - Kijk in de lijst van het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid ([link recente lijst van kankerverwekkende, mutagene en voor de voortplanting giftige stoffen](#)). Hierin staat aangegeven welke gevaarlijke stoffen relevant zijn voor de vruchtbaarheid, de ontwikkeling van het ongeboren kind of borstvoeding (zie kolommen in hoofdstuk 3).
  - Bekijk informatie op het etiket of het veiligheidsinformatieblad van gevaarlijke stoffen die aanwezig zijn. Let op de waarschuwing voor de stoffen met vermelding:
    - H340 Kan genetische schade veroorzaken.
    - H341 Verdacht van het veroorzaken van genetische schade.
    - H350 Kan kanker veroorzaken.
    - H351 Verdacht van het veroorzaken van kanker.
    - H360 Kan de vruchtbaarheid of het ongeboren kind schaden.
    - H361 Wordt ervan verdacht de vruchtbaarheid of het ongeboren kind te schaden.
    - H362 Kan schadelijk zijn via borstvoeding.
 Bekijk ook de pagina 'gevaarlijke stoffen bij zwangerschap en borstvoeding'.
  - Uiteraard ook contact met geneesmiddelen en tabaksrook moeten in de RI&E bekeken worden als risico voor zwangerschap en borstvoeding. Denk aan het werken met (materiaal van) cliënten die met chemo behandeld worden.
- ✓ **Maatregelen:** Voorkom dat een medewerker tijdens zwangerschap(svens) of borstvoedingsperiode aan de genoemde schadelijke stoffen kan worden blootgesteld.

### **Biologische agentia**

- ✓ Biologische agentia kunnen (ernstige) schadelijke gevolgen hebben voor de zwangerschap, het ongeboren kind en de zuigeling (bij borstvoeding). Medewerkers kunnen een risico lopen op blootstelling aan biologische agentia door contact met besmette cliënten, omgang met (uitwerpselen) van dieren of bij prik-, bijt-, krab-, spuug- of snijincidenten waarbij contact optreedt met besmet materiaal. Zie hiervoor ook de pagina 'Prikaccidenten en infectierisico's'.
- ✓ Maatregelen zijn noodzakelijk in het geval op het werk besmetting kan optreden en de zwangere werknemer niet immuun is voor de relevante biologische agentia (zie bv. <https://www.sri-richtlijnen.nl/> of [Arboportaal](#)) of infecties kunnen worden doorgegeven via de borstvoeding.
- ✓ Maatregelen: Waar blootstelling aan biologische agentia een risico vormt voor de zwangerschap wordt bekeken:
  - of de medewerker daar immuniteit voor heeft, zo nodig wordt vaccinatie aangeboden (werknemer kan niet verplicht worden zich te laten vaccineren)

- en waar bescherming langs deze weg niet mogelijk is, wordt de zwangere of borstvoeding gevende vrouw vrijgesteld van de werkzaamheden waarin sprake is van verhoogd risico.
- In de voorlichting bij indiensttreding wordt gewezen op het risico van biologische agentia voor de zwangerschap en de noodzaak om de vaccinaties op orde te hebben al ver vóórdát je zwanger bent.

### Inrichting werktijden

- ✓ Het werken in ploegendienst of nachtarbeid kan schadelijke gevolgen hebben voor de zwangerschap en het ongeboren kind. Deze diensten kunnen ook een belangrijke oorzaak zijn voor zwangerschaps-gerelateerd verzuim.
- ✓ De Arbeidstijdenwet stelt kaders voor de werk- en rusttijden van zwangere werknemers, werknemers tot 6 maanden na de bevalling en werknemers die borstvoeding geven.
- ✓ **Maatregelen:** deel de werktijden van de zwangere zo in dat tenminste voldaan wordt aan de navolgende eisen:
  - ✓ Een medewerker die zwanger is of borstvoeding geeft, heeft **recht op**:
    - regelmatige werktijden;
    - één of meer extra pauzes (af te spreken in overleg tussen medewerker, bedrijfsarts en werkgever tot max. 1/8 deel van de werktijd);
    - zwangerschapsonderzoek in werktijd;
    - borstvoeding /kolven in werktijd, (af te spreken in overleg tussen medewerker, bedrijfsarts en werkgever tot een maximum van 1/4 van de werktijd);
    - minimaal 12 uur herstel tussen 2 diensten.
  - ✓ Een medewerker die zwanger is of borstvoeding geeft, heeft **geen verplichting** om:
    - meer dan 10 uren per dienst te werken;
    - meer dan 50 uren per week voor een periode van 4 weken te werken; meer dan 45 uren per week voor een periode van 16 weken te werken (overleg hierover in voorkomende gevallen met de huisarts / leidinggevende);
    - over te werken en avond- of nachtdiensten te doen.

### Werkdruk

- ✓ Werkdruk valt onder psychosociale arbeidsbelasting (PSA). PSA veroorzaakt stress. Stress kan onder andere leiden tot zwangerschapsgerelateerd verzuim en een latere werkhervatting na de bevalling. Werkstress heeft nadelige gevolgen voor de zwangerschap, het ongeboren kind en de borstvoeding.
- ✓ **Maatregelen:** de mate waarin het werk stress veroorzaakt verschilt per persoon. Bespreek dit aspect met de zwangere werknemer. Ook kan het aanpassen c.q. vrijstellen van taken spanning geven naar collega's en cliënten. De leidinggevende bespreekt de noodzaak tot aanpassingen van de taken van de zwangere met het team en ziet er op toe dat dit niet tot extra spanningen leidt in het team.

### Relevante wet- en regelgeving:

Arbobesluit artikel 1.41, 1.42 en 1.42a

Arbobesluit artikel 3.48

Arbobesluit artikel 4.108, 4.109, 5.13a, 6.29b en 6.29c.