



DIERGENEESKUNDE / PERSONEEL & ORGANISATIE

KINDERWENS, ZWANGER EN ARBEIDSONMSTANDIGHEDEN

Universiteit Utrecht



Deze brochure bevat informatie over zwanger zijn bij de faculteit Diergeneeskunde en over verlof en werken tijdens de zwangerschap en in de periode van borstvoeding. Wat zijn risico's voor jou en je ongeboren baby, wat zijn je rechten en plichten? Deze informatie geldt voor medewerkers en voor studenten in vergelijkbare situaties.

Inhoudsopgave

Beleid en uitgangspunten	2
Melden	2
Kinderwens	2
Werk en werktijden	2
Risico's	3
Fysieke belasting	3
Klachten arm, nek, schouder (CANS)	3
Psychische belasting	3
Straling	3
Infectiegevaar	4
Klimaat	4
Trauma	4
Gevaarlijke stoffen	4
Anesthesiegassen	5
Diergeneesmiddelen	5
Geluid	5
Trillingen	5
Verlof, ziekte, ontslag	6
Zwangerschaps- en bevallingsverlof	6
Ziekte	6
Ontslag	6
Na de bevalling	7
Extra rechten	7
Borstvoeding	7
Meer informatie	8
Colofon	8

Beleid en uitgangspunten

Uitgangspunt is dat je veilig en gezond kunt werken zonder gevaar voor jezelf en je (ongeboren) kind, zowel voor als na de bevalling. Het is van belang je bewust te zijn van de extra risico's van bepaalde werkzaamheden. Nadat je zwangerschap gemeld is bij Arbo & Milieu ontvang je relevante informatie. Indien je met gevaarlijke stoffen werkt, ontvang je tevens een actuele lijst met mutagene, reproductietoxische, zeer toxische en carcinogene stoffen, die op jouw afdeling worden gebruikt. Je leidinggevende zal samen met jou de risico's van je huidige werkzaamheden beoordelen en afspraken maken over eventuele aanpassing van werkzaamheden of werktijden.

Melden

Het is niet altijd leuk om in een vroeg stadium van de zwangerschap al bekend te maken dat je zwanger bent, maar in situaties waarbij extra risico's aanwezig zijn, is dit zeker aan te bevelen. Samen met je leidinggevende kan worden gekeken of eventuele aanpassing van werkzaamheden en/of werktijden nodig is.

Wil je nog geen melding doen van je zwangerschap, maar heb je wel behoefte aan informatie, mail dan je naam, privé-adres en eventueel de afdeling waar je werkt (voor een uitdraai van risicovolle stoffen) en je specifieke vragen naar arbo_milieu.vet@uu.nl en je ontvangt een reactie. Je melding zal vertrouwelijk behandeld worden.

Kinderwens

Heb je een kinderwens, dan is het belangrijk om je bewust te zijn van risico's van bepaalde werkzaamheden. Dit geldt zowel voor vrouwelijke als mannelijke medewerkers. Sommige gevaarlijke stoffen kunnen namelijk leiden tot verminderde vruchtbaarheid. Van belang hierbij zijn de R-zinnen: R60 (kan vruchtbaarheid schaden) en R62 (mogelijk gevaar voor verminderde vruchtbaarheid). Op verzoek kun je een lijst ontvangen met de risicovolle stoffen, die op jouw afdeling worden gebruikt. Ook ioniserende straling kan leiden tot schade aan ei- en zaadcellen.

Werk en werktijden

Als je merkt dat het je niet lukt om je werk volledig uit te voeren, dan kun je met je direct leidinggevende afspraken maken over aangepaste werk- en rusttijden. Je hebt daarbij recht op:

- regelmatige werk- en rusttijden;
- extra pauzes (maximaal 1/8 deel van je werkdag);
- een geschikte, afsluitbare ruimte om te rusten;
- geen verplichting tot overwerk en nachtdiensten;
- zwangerschapsonderzoek tijdens werkdag.

Het kan voorkomen dat, ondanks aanpassingen in je werk en/of werktijden, je toch teveel gezondheidsrisico loopt. Dan kan worden gekeken naar ander werk. Is zelfs dat niet mogelijk, dan kun je worden vrijgesteld van werken. Daarvoor moet de bedrijfsarts wel bevestigen dat het voor jou medisch gezien niet mogelijk is te werken op een aangepaste manier of op andere tijden.

Risico's

De risico's voor het ongeboren kind zijn relatief groot aan het begin van de zwangerschap, omdat in de eerste twaalf weken van de zwangerschap de organen, hersenen en het centrale zenuwstelsel worden gevormd. Het is daarom van belang om tijdig op de hoogte te zijn van mogelijke risico's. In deze folder zijn de verschillende risico's benoemd. Op departementsniveau zijn veelal nadere afspraken gemaakt over specifieke werkzaamheden.

Uitgebreide informatie is te vinden op www.uu.nl > *diergeneeskunde* > *organisatie* > *faculteitsbureau* > *arbo, milieu en huisvestingsbeheer*

Fysieke belasting

De stabiliteit van de gewrichten neemt gedurende de zwangerschap af en door de grotere buikomvang kan het evenwicht sneller worden verstoord.

Zwaar lichamelijk werk moet worden vermeden:

- Besteed aandacht aan bukken, hurken en knielen en wees voorzichtig met werkzaamheden in die houdingen.
- Til niet teveel tot drie maanden na de bevalling. Bedenk dat tien kg tillen al erg veel is.

Klachten arm, nek, schouder (CANS)

Hormonale veranderingen tijdens de zwangerschap kunnen leiden tot het vasthouden van vocht en vochtophoping. Dit kan bijvoorbeeld leiden tot samendrukking van de zenuw in de pols, waardoor zwangere vrouwen gevoeliger zijn voor het ontwikkelen van klachten aan handen en armen bij o.a. beeldschermwerkzaamheden.

Psychische belasting

De klachten die bij zwangerschap kunnen optreden, zoals misselijkheid of slecht slapen, hebben mogelijk hun weerslag hebben op het geestelijk welbevinden. Daardoor kan het gebeuren, dat het moeilijker is de geestelijke belasting die het werk veroorzaakt op te vangen. Ook een te hoge werkdruk (stress) is een veelgehoorde klacht tijdens de zwangerschap. Een te grote psychische belasting kan invloed hebben op de ontwikkeling van de ongeboren baby.

Klimaat

Toegenomen vaatverwijding en hogere lichaamstemperatuur leiden ertoe dat zwangere vrouwen meer last van een hoge omgevingstemperatuur kunnen hebben. Ook is het mogelijk dat dit gepaard gaat met een daling van de bloeddruk, waardoor duizeligheid kan ontstaan en de kans op flauwvallen groter wordt.

Straling

Vooraf in de eerste periode van de zwangerschap is het ongeboren kind gevoelig voor ioniserende straling (alfa-, bèta-, gamma- en röntgenstraling), met name tussen de achtste en vijftiende week. Ioniserende straling kan de orgaanvorming nadelig beïnvloeden. Gedurende de zwangerschap mag de dosis in het ongeboren kind niet hoger zijn 1 milli-Sievert (mSv).

Gedurende de periode dat de vrouw borstvoeding geeft, mogen geen werkzaamheden worden verricht waarbij meer dan een gering risico bestaat voor radioactieve besmetting van het lichaam. Voor medewerkers geldt dat zij A-werkzaamheden (o.a. assistentie bij de röntgendiagnostiek van patiënten en werkzaamheden met radio-isotopen van jodium) niet mogen verrichten als ze zwanger zijn. B-werkzaamheden worden in overleg zodanig verminderd dat blootstelling niet hoger is dan 1 mSv. C-werkzaamheden vormen geen risico.

Infectiegevaar

Blootstelling aan biologische agentia (virussen, schimmels, bacteriën en gisten) kan een risico zijn, omdat het afweersysteem van zwangere vrouwen op een wat lager niveau werkt dan normaal en daardoor de kans op besmetting groter is. Blootstelling kan plaatsvinden door het gericht werken met biologische agentia, maar ook door contact met zieke of dode dieren of excreta van zieke dieren. Blootstelling kan leiden tot infecties, allergische reacties of toxische effecten. Bepaalde agentia kunnen leiden tot abortus, vroeg- of doodgeboorte en aangeboren afwijkingen. Een speciale groep binnen de biologische agentia zijn de zoönosen. Zoönosen zijn ziekten die kunnen overgaan van dier op mens. Risicovolle zoönosen zijn o.a.: *Toxoplasma gondii*, *Rubellavirus* (Rode Hond), *Chlamydia psittaci*, *Listeria monocytogenes*, *Leptospirosis Hardjo* (Melkerskoorts), *Campylobacter fetus en jejuni*, *Brucella abortus* en *Mycobacterium bovis*. Zwangere dierenartsen lopen vooral een risico rondom problemen met verlossingen van levende en dode vruchten. Hygiëne is de belangrijkste preventiefactor.

Trauma

Bij werkzaamheden met dieren bestaat een continu risico voor trauma door acties van oncoöperatieve patiënten. Een trauma in de buikstreek geeft het grootste risico voor het ongeboren kind. Naarmate de zwangerschap vordert, kan dit risico groter zijn als gevolg van o.a. een verminderde beweeglijkheid. Je kunt risico's verminderen door patiënten zoveel mogelijk te fixeren en bepaalde werkzaamheden niet (alleen) uit te voeren. Daarnaast is het belangrijk om stevige schoenen te dragen voor voldoende grip.

Gevaarlijke stoffen

Blootstelling aan gevaarlijke stoffen, zoals chemicaliën, desinfectiemiddelen, diergeneesmiddelen en anesthesiegassen, kunnen bij blootstelling risico's opleveren. Alle mutagene, reproductietoxische en de meeste carcinogene stoffen zijn risicovol. Mutagene en carcinogene stoffen kunnen mutaties in het DNA veroorzaken, die door het snel delende weefsel van het ongeboren kind een grotere kans hebben om gefixeerd te worden. Reproductietoxische stoffen (voor de voortplanting giftige stoffen) kunnen een nadelig effect hebben op de vruchtbaarheid, de gezondheid van het nageslacht (ontwikkelingsstoornissen bij het kind) of via de borstvoeding schade veroorzaken aan het kind. Het effect is afhankelijk van de stof, de toxiciteit en de hoeveelheid. De hoeveelheid wordt bepaald door de concentratie, de frequentie en de duur van blootstelling. Blootstelling aan deze stoffen via inademing, opname via de mond of huid moet je voorkomen. Let hierbij op de waarschuwingszinnen (R-zinnen) op het etiket van een gevaarlijke stof.

- R40 Carcinogene effecten zijn niet uitgesloten
- R45 Kan kanker veroorzaken
- R46 Kan erfelijke genetische schade veroorzaken
- R49 Kan kanker veroorzaken bij inademing
- R60 Kan de vruchtbaarheid schaden
- R61 Kan het ongeboren kind schaden
- R62 Mogelijk gevaar voor verminderde vruchtbaarheid
- R63 Mogelijk gevaar voor beschadiging van het ongeboren kind
- R64 Kan schadelijk zijn via de borstvoeding
- R68 Onherstelbare effecten zijn niet uitgesloten (verdacht mutageen)

Als zwangere werknemster mag je niet worden blootgesteld aan schadelijke stoffen waarvoor in principe geen veilig blootstellingsniveau kan worden vastgesteld. Dit geldt voor de zogenaamde 'genotoxische stoffen'. Dit zijn alle mutagene en vrijwel alle kankerverwekkende stoffen. Radioactieve stoffen kunnen ook het DNA muteren en worden dan ook beschouwd als kankerverwekkende stoffen. Voor reproductietoxische stoffen en andere gevaarlijke stoffen geldt dat het risico afhankelijk is van de mate van blootstelling. Als de blootstelling onder de wettelijke grenswaarde (voorheen MAC waarde) blijft, is er geen risico voor de gezondheid. De diverse veranderingen die plaatsvinden in het lichaam, kunnen leiden tot veranderingen in opname, distributie, opslag, uitscheiding, en omzetting van gevaarlijke stoffen door het lichaam. Zo kan de verhoging van het ademminuutvolume in rust door de zwangerschap leiden tot een grotere opname van gevaarlijke stoffen door inademing. Ook kan de hogere doorbloeding van de huid in de zwangerschap resulteren in een grotere opname via de huid. De placenta is de barrière tussen de bloedsomloop van de moeder en de bloedsomloop van het ongeboren kind. Deze barrière kan door gevaarlijke stoffen worden gepasseerd. Het makkelijkst passeren vetoplosbare, niet-polaire stoffen met een laag molecuulgewicht. Echter, ook andere stoffen passeren (langzamer) de barrière en kunnen leiden tot blootstelling van het ongeboren kind.

Anesthesiegassen

Via de moeder kunnen anesthesiegassen bij het kind terecht komen en een toxisch effect hebben. Lachgas is aangemerkt met R62 en R63. Isofluraan is niet bewezen schadelijk. Met de aanwezige voorzieningen en maatregelen blijft de blootstelling ruim onder de wettelijke grenswaarde. In 2008 uitgevoerde blootstellingsmetingen bevestigen dit.

Diergeneesmiddelen

Sommige diergeneesmiddelen zijn schadelijk voor de ongeboren vrucht (teratogeen of mutageen). Vooral de eerste drie maanden na de bevruchting zijn voor de vrucht een gevoelige periode. Blootstelling treedt op bij bereiden en toedienen van diergeneesmiddelen en de omgang met uitscheidingsproducten van dieren die met geneesmiddelen behandeld worden. Blootstelling vindt plaats via mond, longen of huid. De risico's zijn afhankelijk van de werkzame stof, de dosering en de frequentie van blootstelling. Risicovolle geneesmiddelen zijn o.a. cytostatica, metronidazol, antibiotica, hormonen en jodium. Werkzaamheden met cytostatica zijn niet toegestaan voor zwangere werknemers.

Geluid

Tijdens de zwangerschap mag je niet worden blootgesteld aan schadelijk geluid harder dan 80 decibel (dB(A)) en piekgeluiden boven de 200 Pascal. Binnen de faculteit is bekend dat er sprake is van schadelijk geluid in de smederij en schadelijk geluid veroorzaakt door krijsende varkens. De buikwand en het vruchtwater hebben een bepaalde demping. Aan het einde van de zwangerschap zou het gehoor van het kind een verhoogde gevoeligheid hebben voor het ontstaan van gehoorschade. Vanaf welk tijdstip dat is, is niet bekend.

Trillingen

Trillingen, met name "lichaamstrillingen" die op het hele lichaam inwerken, zoals bij het hanteren van gereedschap of in voertuigen, kunnen een grotere kans geven op vroeg- en doodgeboorte. Bovendien kunnen ze leiden tot rugklachten. Een zwangere werknemster mag slechts zeer beperkt worden blootgesteld aan lichaamstrillingen of -schokken. Ultrasoon geluid zijn trillingen die zich met de geluidssnelheid voortplanten. Ultrasoon geluid is voor de mens niet hoorbaar. Deze trillingen kunnen schadelijk zijn. Bronnen zijn o.a. medische apparatuur en reinigingsbaden. Direct contact van het lichaam met de (vloei)stof waarin de ultrasone trilling zich voortplant kan leiden tot weefselbeschadiging. Direct contact moet worden voorkomen. Voor ultrasonore luchtrillingen geldt een grenswaarde van 110 dB(A) bij frequenties boven 20 kHz.

Verlof, ziekte, ontslag

Uitgebreide informatie is te vinden op www.uu.nl > diergeneeskunde > organisatie > faculteitsbureau > p&o.

Zwangerschaps- en bevallingsverlof

Je hebt recht op minstens 16 weken zwangerschapsverlof. Je loon wordt gedurende deze periode volledig doorbetaald. Wanneer je zwangerschapsverlof ingaat, bepaal je in overleg met je leidinggevende. Je moet tussen vier en zes weken voor de vermoedelijke bevallingsdatum stoppen met werken. Werken is niet toegestaan vanaf vier weken voor die datum en tot zes weken na de bevalling. Je hebt altijd recht op minimaal tien weken verlof na de bevalling. Als je zes weken van tevoren bent gestopt met werken en de baby komt twee weken te laat, dan heb je nog steeds recht op 10 weken verlof na de bevalling. De aanvraag voor zwangerschapsverlof (inclusief verklaring van de verloskundige) moet je ruim voor de vermoedelijke bevallingsdatum opsturen naar de afdeling Personeel en Organisatie. Je ontvangt dan een schriftelijke bevestiging van het voorlopige zwangerschapsverlof. Zodra je baby is geboren, laat je dit zo spoedig mogelijk weten, zodat het definitieve bevallingsverlof kan worden vastgesteld.

Ziekte

Indien je voorafgaand aan of na het officiële zwangerschapsverlof ziek wordt en je ziekte verband houdt met je zwangerschap, dan is het belangrijk om dit nadrukkelijk te melden bij je ziekmelding. De faculteit kan dan namelijk aanspraak maken op een volledige ziekteverzuimkering via UWV. Je wordt hiervoor ook door de bedrijfsarts opgeroepen. De bedrijfsarts bepaalt of de ziekte inderdaad gerelateerd is aan de zwangerschap. Indien je 6 weken voorafgaand aan de vermoedelijke bevallingsdatum ziek bent, dan geldt altijd die datum als ingangsdatum voor je zwangerschapsverlof.

Ontslag

Je kunt niet worden ontslagen als je zwanger bent en ook niet de eerste 12 weken na de bevalling. Alleen in specifieke gevallen is ontslag mogelijk. Neem je zelf ontslag of loopt je contract af tijdens je zwangerschap en vindt je bevalling plaats binnen 10 weken na het tijdstip van beëindiging van het dienstverband, dan wordt het salaris van de 41^{ste} dag voorafgaand aan de vermoedelijke bevallingsdatum tot de 70^{ste} dag na de bevalling doorbetaald.

Na de bevalling

Na afloop van het zwangerschapsverlof keer je weer terug op je werkplek. Als net bevallen medewerkster heb je de eerste tijd op grond van de Arbeidstijdenwet nog wel een aantal rechten.

Extra rechten

Zo heb je gedurende de eerste negen maanden na de geboorte het recht om het werk te onderbreken voor borstvoeding c.q afkolven. Deze onderbrekingen vinden plaats zo vaak en zo lang als nodig maar bedragen gezamenlijk maximaal een vierde van de werktijd, e.e.a. in overleg met je leidinggevende. Gedurende de eerste zes maanden moet rekening worden gehouden met jouw specifieke omstandigheden, heb je recht op extra pauzes, recht op het verrichten van arbeid in een bestendig en regelmatig arbeids- en rusttijdenpatroon en kun je niet verplicht worden om nachtdiensten te draaien.

Borstvoeding

De faculteit heeft enkele specifieke ruimtes voor het geven van borstvoeding of afkolven. Je kunt hiervoor terecht bij je manager bedrijfsvoering.

Vrijwel alle stoffen uit het bloed van de vrouw kunnen terechtkomen in de borstvoeding.

Gevaarlijke stoffen kunnen via de borstvoeding worden doorgegeven aan de zuigeling. Dit geldt ook voor stoffen die in het lichaam van de moeder vóór de periode van borstvoeding waren opgeslagen. Gevaarlijke stoffen waarvan bekend is dat er via de moedermelk een kans is op een effect op de baby, zijn aangemerkt met R64. Voorbeelden hiervan zijn o.a. *seleen*, *lithiumchloride*, *lithiumcarbonaat*, *methylkwik*, *ethanol* en *cadmium(verbindingen)*.

Het verrichten van werkzaamheden met straling vormt geen risico voor je baby als je borstvoeding geeft. De contrastvloeistoffen die gebruikt worden bij röntgendiagnostiek bevatten veelal jodium, dat in grote hoeveelheden wel slecht is voor de baby.

Meer informatie

Voor meer informatie en/of vragen over je gezondheid in relatie tot je werk kun je contact opnemen met:

- de afdeling Arbo & Milieu van de faculteit, telefoon 030-2532457, arbo_milieu.vet@uu.nl of bezoek de website www.uu.nl > *diergeneeskunde* > *organisatie* > *faculteitsbureau* > *arbo, milieu en huisvestingsbeheer*
- de afdeling P&O van de faculteit, telefoon 030-2534841, secretariaat.peno.vet@uu.nl of bezoek de website www.uu.nl > *diergeneeskunde* > *organisatie* > *faculteitsbureau* > *P&O*
- de bedrijfsarts, telefoon 030-2532666.

Colofon

Dit is een uitgave van de Faculteit Diergeneeskunde,
Coproductie van de afdeling Arbo & Milieu en afdeling P&O

Meer informatie op:

www.uu.nl > *diergeneeskunde* > *organisatie* > *faculteitsbureau* > *arbo, milieu en huisvestingsbeheer*

Februari 2009

Postadres

Postbus 80158
3508 TD Utrecht
030-2532457
arbo_milieu.vet@uu.nl

FACULTEIT DIERGENEESKUNDE, UNIVERSITEIT UTRECHT

ARBO & MILIEU

ADRES ANDROCLUS-GEBOUW | C 111 | YALELAAN 1 | 3584 CL UTRECHT
TELEFOON (030) - 253 24 57 | E-MAIL ARBO_MILIEU.VET@UU.NL

**WWW.UU.NL > DIERGENEESKUNDE > ORGANISATIE > FACULTEITSBUREAU >
ARBO, MILIEU EN HUISVESTINGSBEHEER**