DATO: MEDARBEJDER:

LEDER: AMR:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **JA** | **NEJ** | **BEMÆRKNINGER (evt. forslag til løsningsmodel)** |
| **FYSISK-ERGONOMISK ARBEJDSMILJØ (BILAG A)** |  |  |  |
| Er din arbejdsplads indrettet hensigtsmæssigt ift. din graviditet? |  |  |  |
| Har du mulighed for at tilpasse dine arbejdsstillinger? |  |  |  |
| Er dine arbejdsopgaver organiseret således at du kan tage pauser/hvil i løbet af dagen? |  |  |  |
| Er du udsat for [stød eller vibrationer](javascript:open_editwin%20('sideindhold.asp?skab_id_special=popup.html&sideid=365',450,340))? |  |  |  |
| Er du udsat for [støj?](javascript:open_editwin%20('sideindhold.asp?skab_id_special=popup.html&sideid=365',450,340)) |  |  |  |
| Er du udsat for [ultralyd](javascript:open_editwin%20('sideindhold.asp?skab_id_special=popup.html&sideid=365',450,340))? |  |  |  |
| Er du udsat for [ikke ioniserende stråling?](javascript:open_editwin%20('sideindhold.asp?skab_id_special=popup.html&sideid=365',450,340)) |  |  |  |
| Er du udsat for ekstrem varme og kulde? |  |  |  |
| Er du udsat for langvarigt stående og gående arbejde? |  |  |  |
| Er du udsat for tunge løft – mere end 10 kg mange gange om dagen? |  |  |  |
| Er du udsat for kombinerede fysiske belastninger? |  |  |  |
| Er du udsat for højt overtryk (dykker)? |  |  |  |
| Er der - i dine normale arbejdsopgaver - fysisk-ergonomiske forhold (bilag A), der er problematiske ifm. din graviditet? |  |  |  |
| **KEMISK ARBEJDSMILJØ**  **(BILAG B)** |  |  | Læs sikkerhedsdatabladene på de kemikalier/produkter der indgår i dine arbejdsprocesser - kontakt din arbejdsmiljøgruppe, som vil være dig behjælpelig. |
| Arbejder du med giftige stoffer ved hudkontakt (H310, H311 og H312)? |  |  |  |
| Arbejder du med kræftfremkaldende stoffer? (H350, H350i, H351 og H351i)? |  |  |  |
| Arbejder du med mutagene stoffer  (H340 og H341)? |  |  |  |
| Arbejder du med reproduktionstoksiske stoffer (H360, H361 og H362)? |  |  |  |
| Arbejder du med stoffer der forårsager organskader (H370, H371, H372 og H373)? |  |  |  |
| Arbejder du med hormonforstyrrende stoffer)?  (EUH380, EUH 381, EUH430 og EUH431). |  |  |  |
| Arbejder du med flygtige stoffer, herunder organiske opløsningsmidler? |  |  |  |
| Arbejder du med pesticider? |  |  |  |
| Arbejder du med tungmetaller? |  |  |  |
| Arbejder du med anæstesigasser? |  |  |  |
| Arbejder du med cytostatika eller andre lægemidler? |  |  |  |
| Arbejder du med kvælende gasser? |  |  |  |
| Arbejder du med kemiske stoffer, der optages gennem huden? |  |  |  |
| Har du kendskab til om der er kemikalier/produkter, som du IKKE må håndtere under graviditeten og under amning? |  |  |  |
| Er der - i dine normale arbejdsopgaver – kemiske forhold (bilag B), der er problematiske ifm. din graviditet og amning? |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **JA** | **NEJ** | **BEMÆRKNINGER (evt. forslag til løsningsmodel)** |
| **RADIOAKTIVT ARBEJDSMILJØ**  **(BILAG C)** |  |  |  |
| Arbejder du med radioaktive stoffer (bilag C)? |  |  |  |
| Vurderes der at fosteret udsættes for en stråledosis der overstiger 1 mSv? |  |  | Hvis ja, skal den gravide flyttes til andre arbejdsopgaver. |
| Er der - i dine normale arbejdsopgaver – radioaktive forhold (bilag C), der er problematiske ifm. din graviditet og amning? |  |  |  |
| **BIOLOGISK ARBEJDSMILJØ**  **(BILAG D)** |  |  |  |
| Arbejder du med biologisk materiale  (bilag D)? |  |  |  |
| Arbejder du med forsøgsdyr? |  |  |  |
| Arbejder du med fjerkær og fugle? |  |  |  |
| Arbejder du med patientprøver? |  |  |  |
| Har du kendskab til om der er biologisk materiale, som du IKKE må håndtere under graviditeten og under amning? |  |  |  |
| Er der - i dine normale arbejdsopgaver – biologiske forhold (bilag D), der er problematiske ifm. din graviditet og amning? |  |  |  |
| **PSYKISK ARBEJDSMILJØ** |  |  |  |
| Har du tilstrækkelig tid til at løse dine arbejdsopgaver? |  |  |  |
| Får du hjælp fra dine kolleger, når du har behov for det? |  |  |  |
| Beder du selv om hjælp, når du har behov for det? |  |  |  |
| Føler du dig tryg ved dine arbejdsopgaver under din graviditet? |  |  |  |
| Ved du hvem du kan henvende dig til, hvis du skulle få behov for dette? |  |  |  |
| **TILBAGE TIL ARBEJDET** |  |  |  |
| Er der forhold i relation til dine arbejdsopgaver, du gerne vil have justeret, efter at du er vendt tilbage fra barsel? |  |  |  |
| **ANDET** |  |  |  |
| **HANDLEPLAN** | | | | |
| 1.  2.  3.  4.  5. | | | | |
| **OPFØLGNING** | | | | |
| Planlagt dato................. | | | | |

*Se endvidere* [Gravides og ammendes arbejdsmiljø - Arbejdstilsynet (at.dk)](https://at.dk/regler/at-vejledninger/gravides-ammendes-arbejdsmiljoe-a-1-8/) *A.1.8-8 fra 28. august 2023 om Gravides og ammendes arbejdsmiljø.*

*Ved behov kan evt. inddrages hjælp fra ekstern rådgivning, som f.eks.* [*Arbejdsmedicinsk Klinik*](http://www.auh.dk/om-auh/afdelinger/arbejdsmedicinsk-klinik/sarligt-for-gravide/)*.*

**BILAG A: Fysiske påvirkninger - Ergonomisk**

|  |
| --- |
| Risikoen for at føde for tidligt eller hæmme væksten hos fosteret kan stige ved fysiske belastninger. |
|  |

* [Stød, vibrationer og voldsrisiko](javascript:open_editwin%20('sideindhold.asp?skab_id_special=popup.html&sideid=365',450,340)).  
  Stød, fx som følge af fald eller slag direkte mod den gravides mave, kan udgøre en fare for graviditeten.  
  Gravide bør ikke udsættes for kraftige helkropsvibrationer, fx ved kørsel på ujævnt underlag. Helkropsvibrationer ved kørsel i personbil, bus, lastbil, tog eller ved arbejde på fly og skibe indebærer ikke nogen risiko.
* [Støj og ultralyd](javascript:open_editwin%20('sideindhold.asp?skab_id_special=popup.html&sideid=366',450,340))  
  Viden om betydningen af støj for den gravide er begrænset, men kraftig støjbelastning over 85 dB(A) over en arbejdsdag kan sandsynligvis påvirke fosteret, dels ørerne, dels andre dele af organismen.
  + Ved ultralyd i luft er fosteret beskyttet af moderens krop, uanset hvor kraftig ultralyden er.
  + Ultralyden vil passere over i det menneskelige væv, når kroppen er i kontakt med faste genstande eller væsker, der svinger med ultralydsfrekvenser. Ultralyden kan her udgøre en fare for såvel mor som barn.
  + De ultralydsbærende dele af et ultralydsapparat skal være isolerede fra de dele, som operatøren berører under sit arbejde – og helst med luft.
* Ikke-ioniserende stråling  
  Ikke-ioniserende stråling er en samlet betegnelse for elektromagnetiske felter med frekvenser op til 300 GHz samt optisk stråling.
* [Ekstrem kulde og varme](javascript:open_editwin%20('sideindhold.asp?skab_id_special=popup.html&sideid=369',450,340))  
  Arbejdstemperaturer på mere end 35 °C kan være til skade for fosterets udvikling. Der skal tages højde for forværrende faktorer, når den gravides varmebelastning vurdereres, som fx høj luftfugtighed og direkte varm bestråling fra sollys eller ovne.  
  Arbejde under ekstremt kolde forhold giver ikke anledning til særlige foranstaltninger for gravide, hvis hun er passende klædt på.
* [Manuel håndtering af tunge byrder](javascript:open_editwin%20('sideindhold.asp?skab_id_special=popup.html&sideid=370',450,340))  
  Forskning tyder på, at gravide, der løfter byrder, der vejer mere en 10 kg mere end 10 gange i løbet af en arbejdsdag, sandsynligvis har øget risiko for tidlig fødsel, men at løft af byrder under 10 kg ikke udgør en risiko.
* [Langvarigt stående og gående arbejde](javascript:open_editwin%20('sideindhold.asp?skab_id_special=popup.html&sideid=371',450,340))  
  Langvarigt stående og gående arbejde mistænkes for at kunne være årsag til hæmmet vækst hos fostre. Arbejdsgiveren skal tilrettelægge den gravides arbejde, så hun kan veksle mellem siddende arbejde og stående/gående arbejde fra begyndelsen af fjerde graviditetsmåned.  
  Behovet for aflastning i arbejdet stiger gennem graviditeten. Derfor vil det ofte være nødvendigt, at den gravide har mulighed for hvilepauser på en passende hvileplads i de sidste måneder af graviditeten.
* Kombinerede fysiske belastninger  
  Risikoen for at føde for tidligt eller hæmmet vækst hos fosteret kan stige ved fysiske belastninger fx gentagne tunge løft, manuelle flytninger af personer, træk og skub eller meget gående og stående arbejde. Kombinerede arbejdsbelastninger øger risikoen.
* Højt overtryk  
  Arbejde under højt overtryk i fx trykkamre og ved dykning udgør en særlig risiko for gravide. Gravide må derfor ikke udføre den type arbejde.

**BILAG B: Kemikalier/produkter**

Visse kemiske stoffer kan være farlige for den gravides og fosterets sundhed, samt udgøre en risiko for det ammende barn.

Arbejdsgiveren har ansvar for, at der udarbejdes en vurdering af risikoen for den gravide, fosteret og amningen, når gravide eller ammende arbejder med - eller udsættes for stoffer og materialer med følgende risikosætninger på etiketten:

* H310 Livsfarlig ved hudkontakt
* H311 Giftig ved hudkontakt
* H312 Farlig ved hudkontakt
* H340 Kan forårsage genetiske defekter
* H341 Mistænkt for at forårsage genetiske defekter
* H350 Kan fremkalde kræft
* H350i Kan fremkalde kræft ved indånding
* H351 Mistænkt for at fremkalde kræft
* K351I Mistænkt for at fremkalde kræft ved indånding
* H360 Kan skade forplantningsevnen eller det ufødte barn
* H361 Mistænkt for at skade forplantningsevnen eller det ufødte barn
* H362 Kan skade børn, der ammes
* H370 Forårsager organskader
* H371 Kan forårsage organskader
* H372 Forårsager organskader ved længerevarende eller gentagen eksponering ved hudkontakt
* H373 Kan forårsage organskader ved længerevarende eller gentagen eksponering ved hudkontakt.

Stoffer og materialer, der er mærket med andre risikosætninger, kan også have effekter, som fosterets celler kan være følsomme over for. Derfor skal arbejdsgiveren også lave en vurdering, når gravide og ammende arbejder med - eller udsættes for følgende stoffer og materialer:

* Kræftfremkaldende stoffer og processer
* Hormonforstyrrende stoffer
* Flygtige stoffer og organiske opløsningsmidler
* Bekæmpelsesmidler
* Tungmetaller
* Cytostatika og andre lægemidler
* Anæstesigasser
* Kvælende gasser
* Kemiske stoffer, der optages gennem huden

|  |
| --- |
|  |
|  |

Ved udarbejdelse af risikovurdering inddrages arbejdsmiljøgruppen (AMG) og ved tvivl, kan den gravide tage kontakt til egen læge, som henviser til arbejdsmedicinsk klinik.

Ved henvendelse til den enkelte kemikaliegruppes administrator i KIROS kan administratoren trække en liste i KIROS over gruppens kemikalier, som er relevante i forbindelse med graviditet og amning.

**BILAG C: RADIOAKTIVE STOFFER**

Kvinder i den forplantningsdygtige alder instrueres af den daglige leder/vejleder om, at der gælder særlige regler ved graviditet.

Den ansvarlige daglige leder skal - i samarbejde med den gravide - vurdere størrelsen af stråledosis til det ufødte barn.

Gravides arbejde skal tilrettelægges således, at der ikke er risiko for, at dosis til det ufødte barn i graviditeten overstiger 1 mSv. Herunder skal tages højde for risikoen for stråledoser, som følge af utilsigtede hændelser/uheld. Hvis dosis således med sikkerhed vurderes mindre end 1 mSv kan den gravide fortsætte med de hidtidige arbejdsopgaver uden særlige foranstaltninger til nedsættelse af stråleudsættelsen og overvågningen af denne.

Ved tvivl kan den resulterende skriftlige arbejdspladsvurdering, APV, forelægges Statens Institut for Strålehygiejne til endelig vurdering.

**BILAG D: BIOLOGISKE AGENSER OG FORSØGSDYR**

De gældende regler for laboratorieklassifikation skal altid følges, og der skal gives en grundig instruktion af den instruktionsansvarlige (vejleder/daglige leder) før arbejdets påbegyndelse.

Forsøgsdyr kan udgøre en fare for fosteret:

Forsøgsdyr kan bære en protozo, toxoplasma gondii, som hos mennesker kan give toxoplasmose (haresyge). Det anbefales, at man hos sin læge får taget en blodprøve til bestemmelse af antistoffer mod toxoplamose. Dyrene kan også testes. Ved tilstedeværelse af antistof kan arbejdet fortsætte som hidtil, i modsat skal man flyttes til andet arbejde.

Undgå at arbejde med fjerkræ/fugle:

Desuden bør den gravide ikke arbejde med fugle/fjerkræ pga. faren for Ornithose/Psittacosis (papegøjesyge). Både toxoplasmose og Ornithose/Psittacosis kan forårsage fosterskader.

Patientmateriale:

Vær opmærksom når der arbejdes med blod og vævsprøver; alt patientmateriale betragtes som potentielt smittefarlige og behandles derefter. En vaccination mod smitsom leverbetændelse inden arbejdets påbegyndelse/inden en eventuel graviditet anbefales.

Påvirkninger fra bl.a. disse mikroorganismer kan indebære fare for graviditeten:

* Rubella (røde hunde) - (NB! vaccine mod rubella indgår i det danske børnevaccinationsprogram)
* Toxoplasmose (haresyge)
* Varicella (skoldkopper)
* Erythema infektiosum (lussingesyge)
* Cytomegalovirus (CMV)
* Hepatitis A
* Hepatitis B
* Ornithose/Psittacosis (papegøjesyge)
* Q-feber (Coxiella burnetti)

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |