

Zwangerschap en werk

Heijermanslezing November 2024

Monique van Beukering

- Bedrijfsarts Zorg van de Zaak
- Onderzoeker Amsterdam UMC, Gynaecologie/Verloskunde
- Projectleider NVAB Richtlijn 'Zwangerschap, postpartumperiode en werk'
- Pro Parents

Disclosure: geen belangen

NVAB 
werken
aan gezond
werken



Nederlands Centrum
voor Beroepsziekten



Programma

- Kern NVAB Richtlijn
- Implementatie Richtlijnen en wetgeving
- NVAB Richtlijn: Herziening 3 aanbevelingen
- De vijfde ziekte
- Tot slot



werken
aan gezond
werken



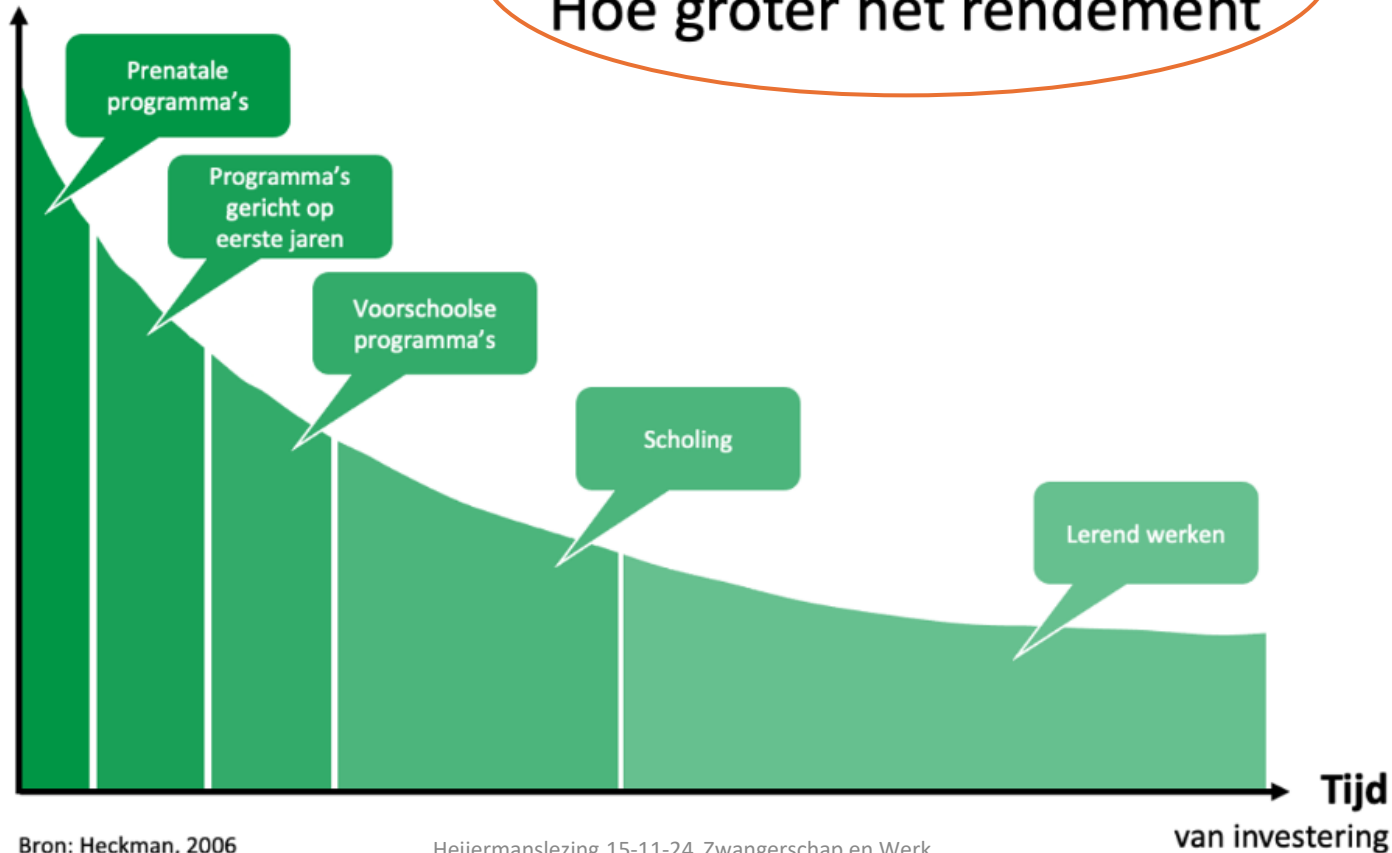
Beroepsziekten
Actueel

Nederlands Centrum voor Beroepsziekten



Rendement
van investering

**Hoe eerder je investeert
Hoe groter het rendement**



Kern 'Zwangerschap en werk'



Risicofactoren Werk

Fysieke belasting
(onregelmatige) Werktijden
Mentale belasting, agressie
Chemische stoffen
Biologische agentia
Lawaai, straling, klimaat

tabel 2A t/m 2F

Risicofactoren Persoon

Chronische ziektes
Medische (obstetrische) voorgeschiedenis
Complicaties:

- Zwangerschap
- bevalling
- postpartum

tabel 3 A t/m D

Aanpassing werkomstandigheden

Wetgeving
Richtlijnen

Preventie afwijkingen moeder en kind

Miskramen, vroeggeboorte, laag geboortegewicht
Hoge bloeddruk

Preventie ziekteverzuim

Zwangerschap en Werk

- Kern NVAB Richtlijn
- **Implementatie Richtlijnen en wetgeving**
- NVAB Richtlijn: Herziening 3 aanbevelingen
- De vijfde ziekte
- Tot slot



werken
aan gezond
werken



Gezonde zwangeren

Methode

Doel

Zijn Nederlandse wetgeving en richtlijnen voor werkende zwangeren geïmplementeerd?

➤ zo niet:

Welke werkgerelateerde risicofactoren een rol spelen bij ongunstige zwangerschapsuitkomsten?

Deelnemers

- Nullipara met een laag risico op zwangerschapscomplicaties
- Betaald werk
- Geworven bij 16 verloskundigenpraktijken in de regio Noordwest Nederland

Dataverzameling

- Gevalideerde vragenlijsten (10-16 en 20-24 weken zwangerschap):
- Gezondheid, zwangerschap, werkomstandigheden, vrije tijd en huishouden



van Beukering M.D.M., et al. Working conditions in low risk nulliparous women in The Netherlands: are legislation and guidelines a guarantee for a healthy working environment? A cohort study. Int Arch Occup Environ Health. 2022

Gezonde zwangeren

Methode

Uitkomstwaarde

‘Cumulatieve werkrisico variabele’ op basis van:

Handreiking SER



NVAB richtlijn



Gezonde zwangeren

Methode

Cumulatieve werkrisico variabele

< 20 weken zwangerschap: 8 risicofactoren

≥ 20 weken zwangerschap: 9 risicofactoren

< 20 week pregnancy	≥ 20 weeks pregnancy
1. >40 hours/week	1. >40 hours/week
2. ≥ 6 hours/day standing + walking/day + rarely/never possible to sit	2. ≥ 4 hours/day standing + walking
3. Lifting >10 kg >50 times/day	3. Lifting >5 kg >10 times/day
4. Very physically demanding: often	4. Very physically demanding: regularly/ often
5. Bending down: often	5. Bending down: regularly/often
6. Squatting: often	6. Squatting: regularly/often
7. Problems with the pressure: regularly/ often	7. Problems with the pressure: regularly/ often
8. Working in noise: often	8. Working in noise: often
	9. Work at night

Gedichotomiseerd: geen risicofactoren versus ≥1 risicofactoren

Gezonde zwangeren

Resultaten

Representatieve steekproef
Nederlandse werkende vrouwen
(leeftijd, opleiding, sector, banen)

Baseline characteristics	
10-16 weeks pregnancy	269
20-24 weeks pregnancy	214
Age (years)	29.1 (4.2)
Body Mass Index (kg/m2)	23.7 (4.1)
Ethnic origin: White European	208 (77%)
University or higher vocational education	173 (64.3%)
Low SES score	82 (31.3%)
Health complaints before pregnancy limit work	20 (7.4%)
Working in sector	
- Health care	78 (29%)
- Business services	66 (24.5%)
- Education	25 (9.3%)

Gezonde zwangeren

Resultaten

Cumulative work risk variable ≥ 1

Risk factors*	< 20 weeks pregnancy N= 269	≥ 20 weeks pregnancy N= 214, 205 at work
no	159 (59%)	76 (37%)
yes	110 (41%) ^a	129 (63%) ^b
1	56 (21%)	44 (22%)
2	27 (10%)	24 (12%)
3	13 (5%)	23 (11%)
4	10 (4%)	15 (7%)
5	3 (1%)	15 (7%)
6	1 (0.4%)	6 (3%)
7		2 (1%)

Niet conform
richtlijnen en
wetgeving

Gezonde zwangeren

Resultaten



Meest voorkomende risicofactoren:

- Fysiek zwaar werk
- Problemen met werkdruk

Slechts 15% ontving verplichte voorlichting over werkaanpassing van werkgevers

47% blootstelling aan biologische en chemische risico's

38% geen informatie over dit risico

Gezonde zwangeren

Resultaten

Multivariabele associatie: baseline data en sector

Cumulative work risk score 1-8 versus 0	aOr	(95%CI)
Education		
Primary or secondary school, lower professional	2.2	1.26-3.91
Sector		
Government, business services, culture & recreation	<i>Reference</i>	
Health	4.53	2.28-9.0
Education, childcare and social service	2.62	1.14-6.04
Hospitality and Catering	3.63	1.10-11.97
Other, Industry, construction, cleaning	3.34	1.08-10.34

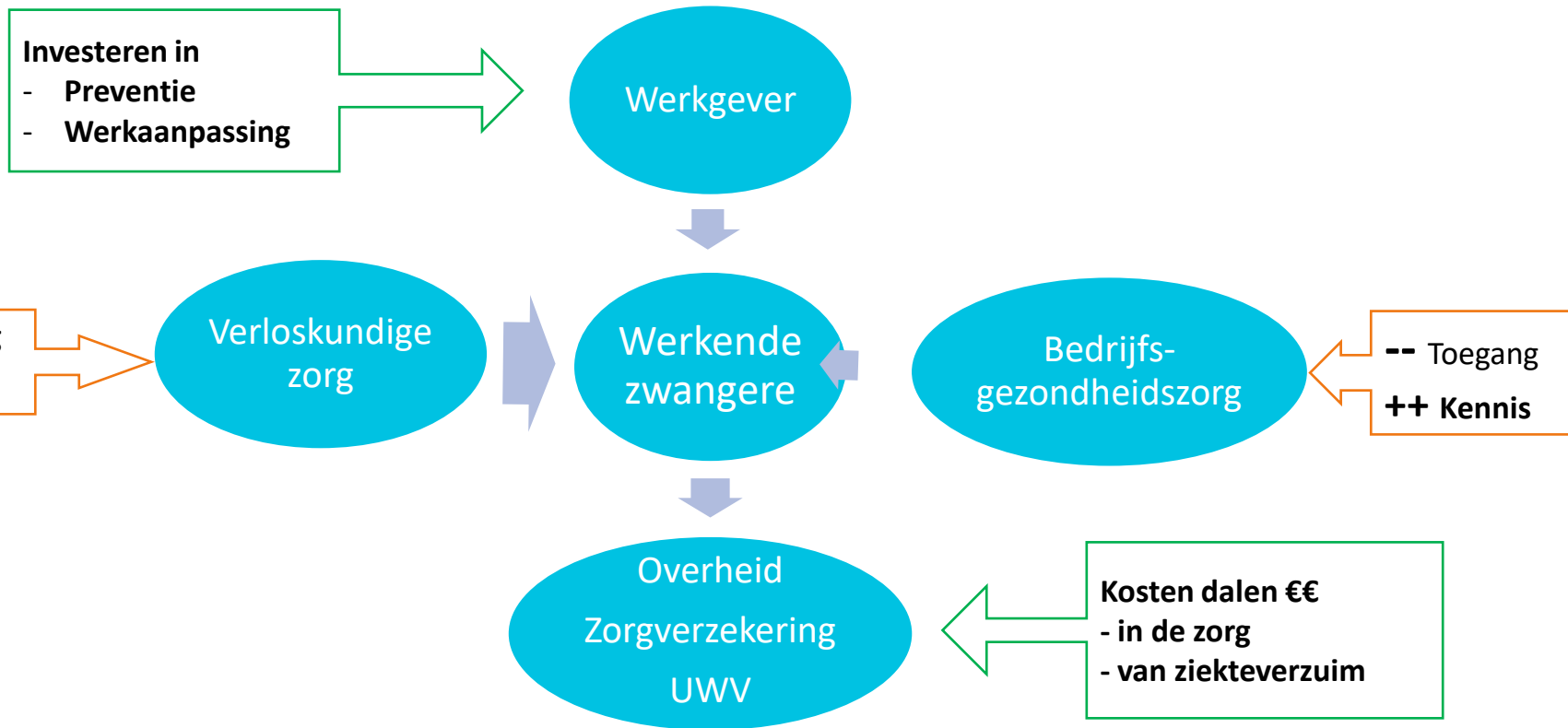
Gezonde zwangeren

Discussie



- Representatieve steekproef Nederlandse werkende vrouwen (leeftijd, opleiding, sector, banen)
- Gegevens over blootstelling aan risicofactoren prospectief verzameld, echter wel zelf gerapporteerd
- In meerdere Europese landen is de implementatie van wetgeving en richtlijnen suboptimaal*, maar in Nederland nog minder

*Probst 2018



Oorzaken beperkte implementatie richtlijnen en wetgeving werkende zwangeren?

Best practice: Zwangerenbeleid Radboud UMC

Je bent
zwanger.
Gefeliciteerd!

Samen zorgen we voor een goed begin

Ben je zwanger? Dan breekt er een bijzondere tijd aan. Waarin het natuurlijk belangrijk is om jezelf en je ongeboren kindje de beste bescherming te bieden. Bij het Radboudumc willen we graag dat alles goed geregeld is en moet je je werk goed en veilig kunnen doen. Hieronder lees je hier meer over.



Veilig en gezond werken tijdens de zwangerschap

Zijn er aanpassingen in het werk nodig om veilig en gezond te blijven werken? Bespreek het met je leidinggevende of bezoek het spreekuur 'Zwangerschap en werk', of de bedrijfsarts. Lees hier meer informatie over [veilig werken tijdens de zwangerschap](#).

Ziek tijdens de zwangerschap of het verlof?

Ben je tijdens de zwangerschap (deels) ziek? Meld dit direct bij je leidinggevende. Dit geldt ook voor het (deels) beter melden. Ben je ziek tijdens of na het zwangerschaps- en bevallingsverlof? [Check hier wat je moet doen](#).

Heeft je kindje een moeilijke start?

Heeft je kindje in het ziekenhuis gelegen of ligt het daar na afloop van het bevallingsverlof ook nog? Dat is heel vervelend. Misschien is het mogelijk om langer thuis bij je kindje te zijn. Lees hier meer over [bijzondere regelingen](#).

Bij melding zwangerschap stuurt HR een kaart: Samen zorgen we voor goed begin

Folder Veilig werken tijdens je zwangerschap

Iedere 2 weken vast momenten spreekuur zwangerschap en werk met medisch ondersteuner

Preventief consult bedrijfsarts

Programma

- Kern NVAB Richtlijn
- Implementatie Richtlijnen en wetgeving
- **NVAB Richtlijn: Herziening 3 aanbevelingen**
 1. **Meerling zwangerschap**
 2. **PE/HELLP syndroom**
 3. **Nachtdiensten**
- De vijfde ziekte
- Tot slot



werken
aan gezond
werken



Nederlands Centrum
voor **Beroepsziekten**



Nachtdiensten

Meerlingzwangerschap
PE/HELLP

Risicofactoren werk

Risicofactoren persoon

Aanpassing van werkomstandigheden

Preventie aandoeningen moeder en kind

3 aanbevelingen:

- Kunnen niet wachten tot volgende herziening van de volledige richtlijn
- Autorisatie: september 2024
- Publicatie: november 2024

Risicofactoren werk bij meerlingzwangeren

Achtergrond/ Methode

Vrouwen met een meerlingzwangerschap

- **Extra risico op vroeggeboorte**

Risicovolle werkomstandigheden (fysiek zwaar werk, lange en onregelmatige werktijden, hoge werkdruk)

- **Verhogen risico op vroeggeboorte**

- **Prospectieve cohort studie: (alle UMC's NL)** multicenter gerandomiseerde gecontroleerde studie invloed cervicaal pessarium preventie vroeggeboorte

- 383 Nederlandse vrouwen met een meerlingzwangerschap
- Betaald werk > 8 uur per week



van Beukering MDM et al.. Working conditions in women with multiple pregnancy-the impact on preterm birth and adherence to guidelines: a prospective cohort study. Am J Obstet Gynecol. 2022

Meerling zwangeren

Conclusies

Conclusie 1: Associaties arbeidsomstandigheden met (extreme) vroeggeboorte

(<32 / 32-37 vs ≥ 37 weken zwangerschap, multivariabele associaties)

Totale onderzoekspopulatie:

- >28 uur/week met extreme vroeggeboorte
- onregelmatige tijden met (extreme) vroeggeboorte

Subgroep deelnemers >28 uur/week:

- onregelmatige werktijden, beperkte vrijheid indeling werk met (extreme) vroeggeboorte
- zware fysieke belasting en fysieke kracht met extreme vroeggeboorte.

Conclusie 2: Richtlijnen worden niet gevolgd:

- **Bijna 60%** van de zwangere vrouwen met een meerlingzwangerschap werkt onder risicovolle omstandigheden

Herziening Meerlingzwangerschap



Hele zwangerschap:

- geen lichamelijke belasting, stress, avond- en nachtdiensten
- **vanaf het begin zwangerschap maximaal 28 uur/week**
- overweeg: 20-24 weken maximaal 4 uur per dag
- 30 weken: zwangerschapsverlof

Ga naar je bedrijfsarts voor persoonlijk advies

PE/HELLP syndroom en werk

Aanleiding: weinig kennis en begrip bedrijfsartsen

2e helft zwangerschap: hypertensie + complicaties:

- Zwangerschapshypertensie (10% 1^e zwangerschap)
- Pre-eclampsie (zwangerschapshypertensie en proteïnurie, milde PE 5%)
- HELLP (Hemolysis elevated-liver-enzymes low-platelet-count) syndroom, (ernstige PE/ HELLP 0.5%)
- Eclamptisch insult als ernstige complicatie van PE/HELLP.

Behandeling:

Fysio-, ergo-, psychotherapie

Gespecialiseerde centra (FUPEC poli = Follow-up na PE Poli)

HELLP = Ernstige multisysteemcomplicatie
o.a.: hemolyse, gestoorde leverfunctie en trombocytopenie,
soms zonder verhoogde bloeddruk/proteïnurie.



Hellp Stichting

NVAB⁺

werken
aan gezond
werken

PE/HELLP syndroom en werk

Herstel:

- 70-75% is na het bevallingsverlof nog niet hersteld
- Fysieke, cognitieve en mentale klachten
- Hechtingsproblemen met kind of PTSS

NVAB richtlijn:

- Hoge fysieke belasting, hoge werkdruk en onregelmatige werktijden beperken, in een paar maanden op bouwen. Evalueer regelmatig.
- Aantal werkuren aanpassen en geleidelijk aan opbouwen.
- Overweeg samenwerking curatieve sector

PE/HELLP syndroom en werk

➤ Overweeg behandeling:

- bij het opbouwen van conditie (fysiotherapie)
- gericht op cognitieve problemen (concentratie en prikkelverwerking, o.a. ergotherapie)
- psychologische behandeling
- bij multiple problematiek of aanhoudende klachten een multidisciplinair traject.

➤ Verwijs voor meer informatie naar www.HELLP.nl

Binnenkort in TBV: met casuïstiek



werken
aan gezond
werken



Hellp Stichting

Herziening Nachtdiensten

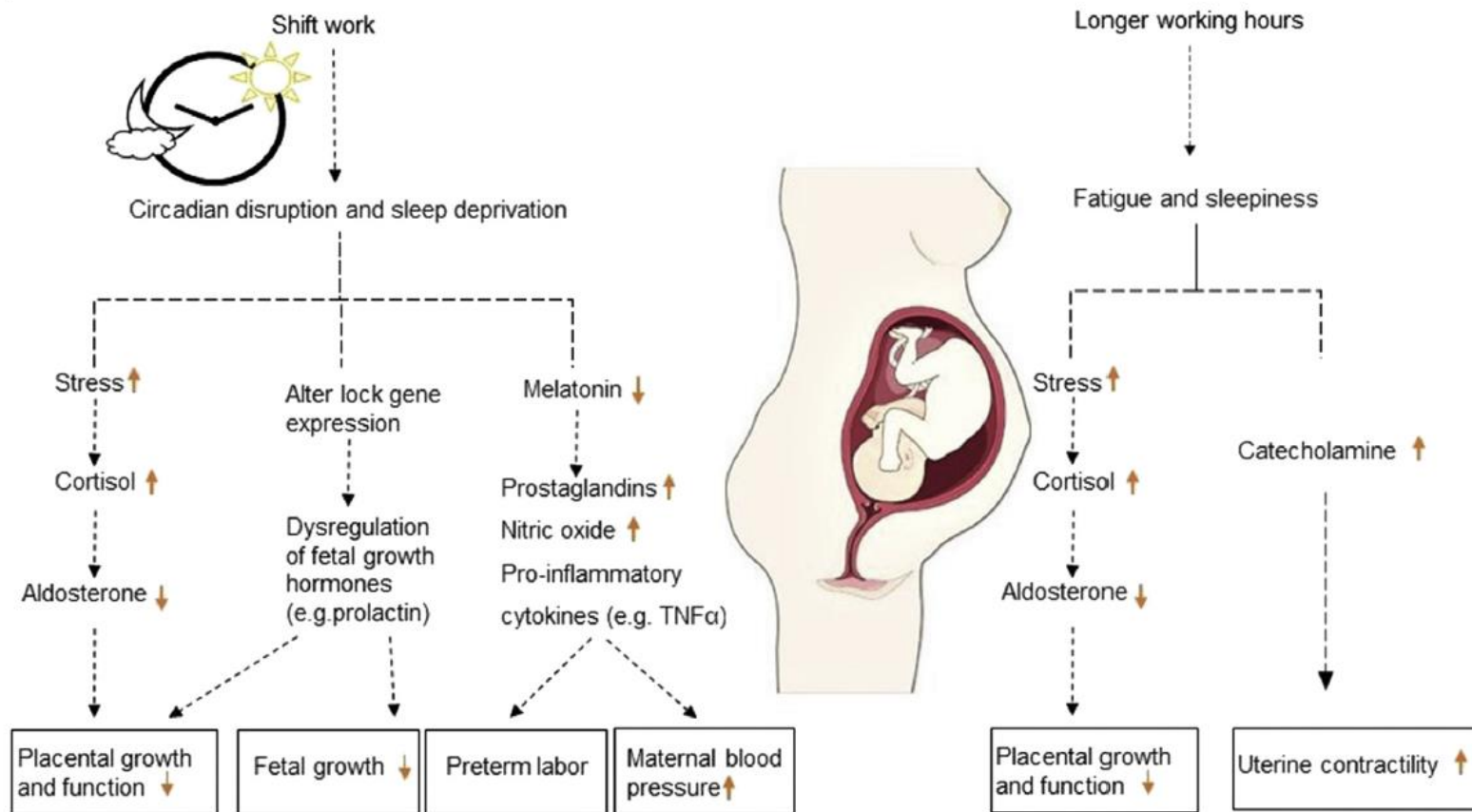
Aanleiding: sinds 2018 2 nieuwe meta analyses
 In veel Cao's: na 3 maanden zwangerschap geen nachtdiensten

Risicofactor werk	Verhoogde kans op/ *redelijk bewijs
Werktijden	
Ploegdienst, vaste nachtdiensten, > 40 uur per week	Vroeggeboorte* resp. 13-44%, 21% 21%
Vaste nachtdiensten, > 40 uur per week	Miskraam* resp. 23%, 38%
Ploegdienst	Hypertensie 19%, pre-eclampsie 75%
≥ 2 nachtdiensten per week	Miskraam HR 1.32

Adane 2023, Cai 2019, Begtrup 2019

FIGURE 5

Potential mechanism for the impact of shift work and longer working hours on pregnancy health



Herziening Nachtdiensten

Advies uit de richtlijn (2018, herziening november 2024)

Maximaal 9 uur/dag en 40 uur/week

Regelmatige werktijden met 12 uur hersteltijd tussen diensten

Geen vaste nachtdiensten

Geen nachtdiensten > 20 weken

Adviseer te overwegen: vanaf 12 weken geen nachtdiensten

Bespreek de mogelijke gevolgen van nachtdiensten vanaf de 12e week én haar behoeften en mogelijkheden.

Gebruik hiervoor de bijlage 9 'Gezamenlijke besluitvorming Nachtwerk en 12-20 weken zwangerschap'.

Houd rekening met:

- complicaties van de zwangerschap, zie ook bijlage 3
- algemene gezondheidsklachten (zoals vermoeidheid, slaapklachten, misselijkheid of psychische klachten)
- belastende arbeidsomstandigheden (fysieke belasting, werkdruk).
- obstetrische voorgeschiedenis

1/8e extra rusttijd per dag, tot 6 maanden na bevalling

Heijermanslezing 15-11-24 Zwangerschap en Werk

Programma

- Kern NVAB Richtlijn
- Implementatie Richtlijnen en wetgeving
- NVAB Richtlijn: Herziening 3 aanbevelingen
- **De vijfde ziekte**
- Tot slot



werken
aan gezond
werken



Nederlands Centrum
voor Beroepsziekten



Vijfde ziekte

Medeweker kinderdagverblijf

12 weken zwanger, G1P0

Contact met een kindje met de vijfde ziekte

Haar leidinggevende vraagt aan bedrijfsarts:
Wat moeten we doen?

Verwekker: Parvo B19

Besmettingsweg: Aerogeen (druppelinfectie)

Incubatietijd: 1-3 weken

Risico:

Infectie eerste 20 weken zwangerschap:

9% leidt tot spontane abortus of hydrops foetalis >> intra-uteriene vruchtdood (Miller).

Miller E, Fairley CK, Cohen BJ, Seng C. Immediate en long term outcome of human parvo-virus infection in pregnancy. Br J Obstet Gynaecol 1998, 105, 174-178.

Vijfde ziekte

NVAB richtlijn

- Zorg voor een **antistoffenbepaling** en beoordeel of de zwangere haar normale werkzaamheden voort kan zetten. In afwachting van de uitslagen wordt de zwangere werknemer beschouwd als niet beschermd.
- Adviseer **bij ontbreken antistoffen en een zwangerschap ≤ 20 weken contact met besmette kinderen te vermijden** (door vervangend werk of verlof). Vervangende werkzaamheden zijn noodzakelijk tot het einde van de epidemie (drie weken na de laatste erythema infectiosum) of tot en met tenminste de 20ste week van de zwangerschap.

Individuele medewerker

Is ze gescreend op Parvo B19? < 2 weken na besmetting: alleen IgG-bepaling.

- IgG positief = beschermd, geen verdere actie
- IgG negatief = niet beschermd, na 2 tot 3 weken IgM-bepaling
- Zie verder:

[Parvovirus B19-infectie | LCI richtlijnen \(rivm.nl\)](#)

Vijfde ziekte

Advies?
geen antistoffen
(nog) geen kind met infectie?

NVAB richtlijn: beleid

Adviseer voor alle vrouwen in de vruchtbare leeftijd **vroege screening op Parvo B19** indien gewerkt wordt met risicogroepen

➤ zoals zwangeren in gezondheidszorg, kinderopvang en onderwijs.

KNOV (Verloskundigen)

Bij zwangeren die werken in de gezondheidszorg, de kinderopvang en het onderwijs kan in het begin van de zwangerschap het bepalen van IgM (en mogelijk ook IgG)) zinvol zijn om een recente infectie te ontdekken of eventueel uit te sluiten.

[Mogelijk meer vragen over vijfde ziekte \(Parvovirus B19\) - KNOV](#)

Tot slot

Kern 'Zwangerschap en werk'

Risicofactoren werk

Risicofactoren persoon

Aanpassing van werkomstandigheden

Preventie aandoeningen moeder en kind

Zwangerschap (én ouderschap) doe je er niet even bij!

NVAB 

werken
aan gezond
werken



Nederlands Centrum
voor **Beroepsziekten**

