

Graviditet och amning



Bild: Arbetsmiljöverket

Vissa arbetsuppgifter är förbjudna eller kan bedömas vara olämpliga för gravida och ammande kvinnor, exempelvis är det förbjudet för gravida kvinnor att arbeta med bly. I många fall kan gravida och ammande kvinnor fortsätta att arbeta under graviditeten utan att de eller deras barn löper risk för ohälsa. Detta förutsatt att de regler som finns för arbetsmiljön följs.

Förekomsten av en riskfaktor betyder inte att den alltid medför risk, det är den faktiska exponeringen som är avgörande. Riskfaktorer kan vara:



Ergonomiska



Fysikaliska



Organisatoriska och sociala



Kemiska



Organiska lösningsmedel

Kvinnan ansvarar själv för att informera arbetsgivaren om att hon är gravid, därefter har arbetsgivaren ansvar för att arbetet inte utgör en risk. Direkt ska en riskbedömning genomföras.

Tips! Se över material och information som ges vid Onboarding (Introduktion) av nyanställda, så att information om risker i verksamheten kopplat till Gravida och ammande finns med. Även se över den generella riskbedömningen, att "graviditet" finns med, i syfte att ge en förvarning om eventuella risker som kan finnas i arbetsmiljön.

Vad säger lagen?

Föreskrifterna gäller all verksamhet där arbete utförs av arbetstagare (och som har underrättat arbetsgivaren) som:

- är gravid,
- har fött barn högst 14 veckor innan arbetet ska utföras
- ammar

Gravida arbetstagare får **inte** sysselsättas i:

- blyarbete enligt 8 §,
- arbete med risk för skadlig exponering för rubella (röda hund) eller toxoplasma enligt 8 §,
- verksamhet som utförs under vatten eller förhöjt tryck enligt Arbetsmiljöverkets föreskrifter om dykeriarbete,
- rök- eller kemdykning som utförs enligt Arbetsmiljöverkets föreskrifter om rök- och kemdykning,
- gruvarbete under jord som innebär särskilda risker enligt Arbetsmiljöverkets föreskrifter om bergarbete (AFS 2018:7)
- en arbetstagare som är gravid eller har fött barn högst 14 veckor tidigare får inte utföra nattarbete om hon uppvisar läkarintyg som anger att sådant arbete skulle vara skadligt för hennes hälsa eller säkerhet enligt 9§. Om det är praktiskt möjligt och rimligt ska hon erbjudas arbete under dagtid.

Ammande arbetstagare får **inte** sysselsättas i:

- blyarbete enligt 8§ AFS 2007:5,
- gruvarbete under jord som innebär särskilda risker enligt föreskrifterna om bergarbete enligt 51§ AFS 2010:1

Bestämmelser om skydd för gravida eller ammande arbetstagare mot *joniserande strålning* finns i särskilda föreskrifter från Strålsäkerhetsmyndigheten. Se kapitel 4, paragraf 7-11, strålskyddslagen (2018:396).

Av föreskrifterna om *Elektromagnetiska fält* (AFS 2016:3) framgår att arbetsgivare måste ta hänsyn till arbetstagare som är utsatta för särskilda risker, däribland gravida arbetstagare. Exempel på där det kan finnas högre elektromagnetiska fält är i ställverk, transformatorstationer, kraftledningar, elsvetsutrustning.

Exponering av buller kan orsaka hörselskador och ge upphov till stressreaktioner samt under en längre tids exponering orsaka trötthet och högt blodtryck, vilket kan påverka graviditeten negativt. Fram till nu finns inga forskningsresultat som talar för någon risk för fostrets utveckling och hörsel om exponeringsnivåerna inte överstiger det undre insatsvärdet. Bestämmelser om Buller finns i AFS 2005:16.

Fostret reagerar på utifrån kommande ljud från cirka 26:e graviditetsveckan. Hörselorganen är färdigutvecklade under andra trimestern. När hörselorganen utvecklas kan mycket starkt buller innebära en risk för att de påverkas skadligt.

Frekventa *tunga lyft* har kopplats samman med en ökad risk för spontanabort och för tidig födsel. *Olämpliga och belastande arbetsställningar* medför också en risk för att den gravida kvinnan ska få besvär från rörelseorganen. *Helkroppsvibrationer* under senare delen av graviditeten utgör en riskfaktor för för tidig födsel och ska undvikas.

Arbetsgivaren måste i första hand ordna med omplacering av den gravida eller ammande kvinnan till annat riskfritt arbete. Om det inte är möjligt får kvinnan inte sysselsättas i förvärsarbetet så länge risken finns kvar.

!!! Den som överträder mot 8 och 9 §§ AFS 2007:5 ska betala sanktionsavgift. Lägsta avgiften är 40 000 kronor och högsta avgiften är 400 000 kronor. **!!!**

Undersöka och riskbedöma

Undersökning av vilka risker som finns som kan påverka den som är gravid och/eller ammande ska göras grundligt. En individuell riskbedömning av gravida arbetstagare (så snart arbetsgivaren blivit underrättad om att arbetstagaren är gravid) ska ALLTID göras direkt. Detta ska ske i dialog med den gravida kvinnan.

Arbetsgivaren ska utgå från den aktuella arbetsplatsens förhållanden och förutsättningar. Hänsyn ska tas till om den gravida arbetstagaren ingår i någon riskgrupp och därefter avgöra vilka åtgärder som behöver vidtas.

Tänk på att även ta upp andra eventuella medicinska frågor och tidigare graviditetsproblem. Men också om den som nyss kommit tillbaka från föräldraledighet kanske ammar och kanske kan behöva gå undan för att pumpa ut mjölk och ska inte heller utsättas för vissa kemikalier.

Om riskbedömning visar att det finns risk för skadlig inverkan på graviditet eller amning eller för annan ohälsa eller olycksfall ska arbetsgivaren snarast vidta de åtgärder som behövs för att undanröja riskerna.

Vid upprättande av riskbedömning, ta gärna stöd i *Exempel Gravida_Ammande Riskbedömning*

Det kan vara svårt att bedöma till exempel kemiska risker så ta gärna hjälp av er företagshälsovård eller Arbets- och miljömedicinsk klinik.

Det är viktigt att den individuella utredningen inte drar ut på tiden.

Åtgärder

Om det inte går att undanröja identifierade risker för skadlig inverkan på graviditeten eller annan ohälsa hos den gravida eller fostret ska arbetsgivaren vidta alla åtgärder som är praktiskt möjliga och rimliga för att ge kvinnan andra arbetsuppgifter.

Arbetet ska också ordnas så att det finns möjlighet att under lämpliga förhållanden tillfälligt kunna vila i liggande ställning på arbetsstället.

Vad gäller personlig skyddsutrustning så är det viktigt att denna anpassas så den passar vid de tillfällen när den ska användas. För den som är gravid är det viktigt att kläderna anpassas i takt med att kroppen växer. Vid amning är det viktigt att se till att inte skadliga ämnen överförs till barnet via förorenade kläder eller förorenad hud. Dåligt anpassade skydds- eller arbetskläder kan vara en riskfaktor, eftersom det kan bli svårare att röra sig och kläderna kanske inte skyddar som tänkt om de glappar eller glipar.

Uppföljning

Arbetsgivaren ska ALLTID följa upp beslutade åtgärder för att säkerställa att de har gett effekt. Exempel på frågor att ställa sig är:

- Har vi gjort det som vi kommit överens om?
- Blev det som vi tänkt?

- Är det tillräckligt, finns det nya omständigheter, behövs fler åtgärder?

Ta gärna stöd i Prevents checklista [Gravida och ammande arbetstagare](#)

Hjälpmedel

Finns många bra verktyg som med fördel kan användas i det förebyggande arbetet och vid kompetenshöjning:

SBMI

Buller
Ensamarbete
Kemikaliehantering
Medicinska controller
Organisatorisk och social arbetsmiljö
Systematiskt arbetsmiljöarbete
Vibrationer

Arbetsmiljöverket (AV)

AFS 2007:5 Gravida och ammande arbetstagare
[Bort med bullret \(ADI 598\)](#)
[Graviditet och amning](#)
[Elektromagnetiska fält](#)

Prevent

[Gravida och ammande kvinnor](#)
Checklista [Gravida och ammande arbetstagare](#)
[Mens, graviditet och amning](#)
Skrift [Graviditet, amning och mens](#)

Kemikalieinspektionen

[Faroangivelser](#)

Karolinska institutet

Information [Bullerexponering av gravida](#)

För mer information om materialet kontakta SBMIs arbetsmiljöutskott:

Sammanställande: joakim.heise@sbmi.se

Framtagning av material: jenny.e.nystrom@afry.com