

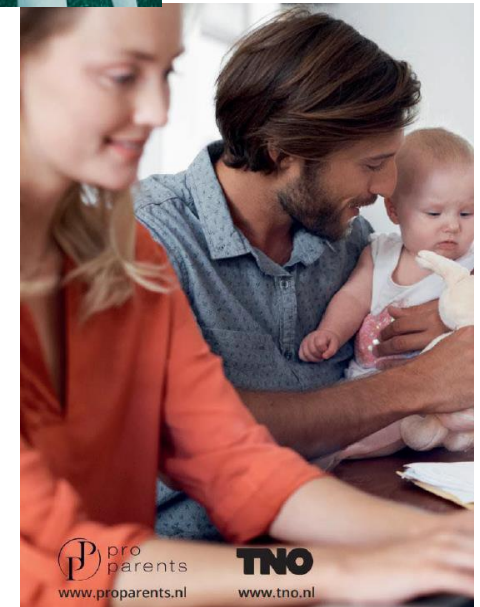
De 1e 1000 dagen en het turbulente leven van aanstaande en jonge werkende ouders

Programma

1. Waarom aandacht voor de 1e duizend dagen?
 2. De praktijk en gevolgen
 - Zwangeren
 - Jonge ouders
 3. Wat kunnen wij doen?
-

Dr. Monique van Beukering, bedrijfsarts & wetenschappelijk onderzoeker

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



1. Wetenschappelijk bewijs van een goede start
2. Economisch argument: slimste investering
3. Fundamentele rechten van het kind

Rendement
van investering



Van nazorg naar voorzorg

Uitgaven: € 353,0 miljard



De grootte van het etiket geeft aan hoeveel van ons BNP besteedt wordt aan preventie, als de pot het gehele bedrag is wat aan zorg wordt uitgegeven

Programma

1. **Waarom aandacht voor de 1e duizend dagen?**

2. **De praktijk en gevolgen**

- **Zwangeren**
 - **NVAB richtlijn**
 - **De praktijk en gevolgen**
- **Jonge ouders**

3. **Wat kunnen wij doen?**



Zwangerschap doe je er niet even bij!



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
Preventie ziekteverzuim

NVAB Richtlijn: Zwangerschap, postpartumperiode en werk

2007:

- NVAB+ KNOV, NVOG, NHG, UWV, NVVG
- FNV, NU 91, VNO-NCW, VOC,
- Experts o.a. Arbeidshygiënist

2018:

Herziening

www.nvab-online.nl



Inloggen 


Nederlandse Vereniging voor **nvab** Arbeids- en Bedrijfsgeneeskunde

Actueel NIEUWS & AGENDA Richtlijnen & KENNISDOCUMENTEN Visitatie & SCHOLING Ledenservice & FAQ'S Organisatie & BELEID

Home > Richtlijnen > Richtlijnen NVAB > Richtlijn Zwangerschap Postpartumperiode En Werk

Zwangerschap, postpartumperiode en werk

Hier kunt u de richtlijn, de samenvatting, het achtergronddocument en diverse hulpmiddelen downloaden.

- [Richtlijn Zwangerschap, postpartumperiode en werk \(NVAB 2018\)](#)
- [Achtergronddocument Zwangerschap, postpartumperiode en werk \(NVAB 2018\)](#)
- [Samenvatting Zwangerschap, postpartumperiode en werk \(NVAB 2018\)](#)

Hulpmiddelen
- [Checklist voor het medisch dossier](#)



Kern 'Zwangerschap en werk'

Risicofactoren werk

Risicofactoren persoon

Aanpassing Werkomstandigheden

Individuele begeleiding

- **Preventief consult**
- **Verzuim**

Advisering beleid

Preventie aandoeningen moeder en kind

Ref: NVAB Guideline 'Pregnancy, Postpartum period and Work'

Advies uit de NVAB-richtlijn aan werkgevers:

‘Alle zwangeren voor een preventief consult naar de bedrijfsarts’

Waarom?

Waarom?

- Vroegtijdige voorlichting tijdens de zwangerschap over werkgebonden risico's + advies aanpassing werk: voorkomt ziekteverzuim. (Houtman et al. 2007)
- Preventie kan leiden tot een aanzienlijke verbetering van de gezondheid van zwangere werkenden en van hun (ongeboren) kind. (Van Beukering & Brand, 2014)

Hoe?

- Na melding van de zwangerschap aan de werkgever wordt elke zwangere werknemer bij de (bedrijfs)arts uitgenodigd voor een preventief consult. Voor de werknemer is dat consult vrijwillig.

Kern 'Zwangerschap en werk'

Risicofactoren werk

Risicofactoren persoon

Aanpassing Werkomstandigheden

Individuele begeleiding

- Preventief consult
- Verzuim

Advisering beleid

Preventie aandoeningen moeder en kind

Ref: NVAB Guideline 'Pregnancy, Postpartum period and Work'

Plichten Werkgever:

1. Risico's inventariseren
2. Bij melding zwangerschap: Voorlichting geven over de risico's
3. Werk aanpassen

Arbeidshygiënist!

Vraag:

Hoeveel werkgevers geven voorlichting aan zwangeren?

- a) 15-20%
- b) 20-25%
- c) 25-30%
- d) 30-35%

Hulpmiddelen richtlijn:

- Protocol informatievoorziening (bijlage 1)
- Adequaar arbobeleid bedrijf X (bijlage 2)
- Wettelijke verplichtingen (bijlage 3)
- Tips voor Preventief consult door bedrijfsarts (bijlage 1)

NVAB Richtlijn Werkgerelateerde risicofactoren

Limieten en interventies

Gezonde zwangeren

Wetenschappelijke
verantwoording:
ADOC

1. Lichamelijke belasting:

- Maximaal 10 kg tillen, vanaf week 20: maximaal 5 kg.
- Niet te lang staan en lopen, afwisselen met zitten, vanaf week 20: niet langer dan 3 uur per dag.
- Niet te veel bukken, hurken, knielen, geen inspannende houdingen.

2. Werktijden:

- Maximaal 40 uur per week, en 9 uur per dag,
- Vanaf week 20 geen nachtdiensten (wordt mogelijk aangepast naar 12 weken, wat al in veel Cao's staat).
- Pauze mogelijkheid (om tussendoor te rusten) of later beginnen of eerder naar huis te gaan (1/8^e van de werktijd).

NVAB Richtlijn Werkgerelateerde risicofactoren

Limieten en interventies

Gezonde zwangeren

3. Werkstress:

zo veel mogelijk vermijden: gewoon relaxed kunnen werken.

4. Contact met infectieziekten (kinderen en zieke mensen)

Check of en hoe dit veilig kan

5. Blootstelling aan chemische stoffen

Check of en hoe dit veilig kan



NVAB Richtlijn Werkgerelateerde risicofactoren

Limieten en interventies

Gezonde zwangeren

6. Lawaai

Geen geluid > 80 DBA, geen piekgeluid >112 Pa

7. Trillingen

Geen blootstelling > 0,25 m/s² (8 uur per dag)

8. Ioniserende straling

Dosislimiet van 1 mSv, begeleiding stralingshygiënist

9. Klimaat

Geen extreme koude en hitte



Programma

1. Waarom aandacht voor de 1e duizend dagen?

2. De praktijk en gevolgen

- **Zwangeren**

- NVAB richtlijn

- **De praktijk en gevolgen**

- **Jonge ouders**

3. Wat kunnen wij doen?



© 23 juni 2022



Helft van de zwangere vrouwen werkt onder onveilige omstandigheden

Verloskunde

Zwangerschap & geboorte

Waarom aandacht voor werkende zwangeren?

Bron: 23-06-22 AmsterdamUMC.org/nl en o.a. AD/ Telegraaf/ Ouders van Nu

van Beukering MDM, Schuster HJ, Peelen MJCS, Schonewille MEA, Hajenius PJ, Duijnhoven RG, Brand T, Painter RC, Kok M.

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 Aug;95(6):1305-1315.

Implementatie wetgeving en richtlijnen



Handreiking
Sociaal Economische Raad



Richtlijn
Nederlandse Vereniging voor Arbeids-
en Bedrijfsgeneeskunde (NVAB)

Wie werkt niet volgens wetgeving en richtlijnen?

269 gezonde zwangeren
Vragenlijstonderzoek

50%

383 met meerling zwangerschap
Vragenlijst onderzoek

Bijna 60%



Zorg
Onderwijs
Kinderopvang
Welzijn
Horeca
Bouw
Schoonmaak

Meest voorkomende risicofactoren:

- Fysiek zwaar werk
- Problemen met werkdruk

Slechts **15%** ontving verplichte voorlichting over werkaanpassing van werkgevers

Bovendien:

47% blootstelling aan biologische en chemische risico's

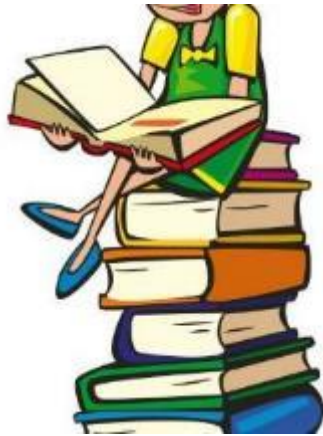
38% geen informatie over dit risico



Invloed van arbeidsomstandigheden op vroeggeboorte

Bij gezonde zwangerschap

Literatuuronderzoek



Bij meerlingzwangerschap

383 werkende zwangeren

Vragenlijst en medisch onderzoek

Invloed van arbeidsomstandigheden op vroeggeboorte

Bij gezonde zwangerschap

- Staan, lopen > 3 uur/dag
- Tillen > 5 kg
- Lichamelijk inspannend werk
- > 40 uur per week

Bij meerlingzwangerschap

- Lichamelijke werk
- Werkstress
- Avond en nachtdiensten
- > 28 uur per week

➤ **Kans is 1,3 tot 1,5 keer zo groot**

➤ **Kans is 2 tot 3 keer zo groot**

Investeren in
- Preventie
- Werkaanpassing

Werkgever

++ Toegang
-- Kennis

Verloskundige
zorg

Werkende
zwangere

Bedrijfs-
gezondheidszorg

-- Toegang
++ Kennis

Overheid
Zorgverzekering
UWV

Kosten dalen €€
- in de zorg
- van ziekteverzuim

Programma

1. **Waarom aandacht voor de 1e duizend dagen?**
 2. **De praktijk en gevolgen**
 - **Zwangeren**
 - **Jonge ouders**
 3. **Wat kunnen wij doen?**
-



Werkende duizendpoten

Bron: <https://www.fnem-fo.org/>



Voor 90% van de gezinnen is de grootste uitdaging de combinatie van werk & gezin



67% van de ouders voelt zich snel tot last en vraagt daardoor niet om hulp



72% van de ouders voelt zich aan het eind van de dag moe of kapot

‘De gezondste jeugd van de wereld in 2040’

GG DE GEZONDE GENERATIE

[De Gezonde Generatie](#) ▾

[Wat er nu al gebeurt](#) ▾

[Wat jij kan doen](#) ▾

[Nieuws](#)

De Gezonde Generatie is een initiatief van samenwerkende gezondheidsfondsen.

Conflicten tussen het werk en gezinsleven van ouders

Grotere kans bij hoge werkdruk, lange uren, rolconflicten en baan onzekerheid

- Bij hun kinderen: groter risico op mentale gezondheidsproblemen
- Bij ouders: minder productief, meer ziekte en uitval



Het goede nieuws:
Zodra ouders een betere balans tussen werk en privé vinden
Gaat het ook weer beter met hun kinderen

- [Multidisciplinaire richtlijn Werk Prive balans.](#)
- [Huong Dinh, Lyndall Strazdins et al, Parents' transitions into and out of work-family conflict and children's mental health: Longitudinal influence via family functioning, Social Science & Medicine, Volume 194, 2017](#)

Bron: <https://www.fnem-fo.org/>

Programma

1. Waarom aandacht voor de 1e duizend dagen?
 2. De praktijk en gevolgen
 3. Wat kunnen wij doen?
-

Over duizendpoten, jonge werkende ouders en de 1e 1000 dagen

Slotdag SGBO 2023

Monique van Beukering



Bij goed werkgeverschap voor... denk ik aan:

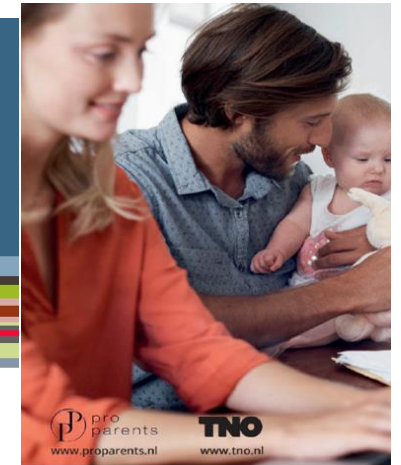
- Zwangeren



- Jonge ouders



Kern Zwangerschap en werk



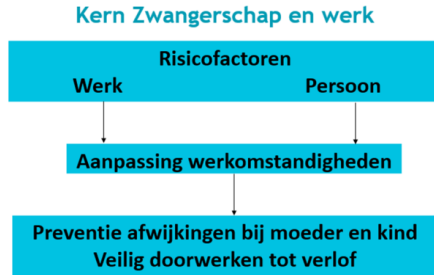
Goed werkgeven aan ouders met jonge kinderen

Vier leerpunten

Deze factsheet is tot stand gekomen in samenwerking met Pro Parents - www.proparents.nl
Auteurs: J. Knappe, N. van Kesteren, W. Hoofman, 2020

Wat kun je doen als professional?

- Preventief consult
- Postpartum consult
- Jonge ouders consult
 - Hoe gaat het?
 - Waar lopen jonge ouders tegen aan en wat hebben ze nodig?
 - Zorg zo nodig voor coaching en begeleiding



Goed werkgeven aan ouders met jonge kinderen Vier leerpunten

Deze factsheet is tot stand gekomen in samenwerking met Pro Parents - www.proparents.nl
Auteurs: J. Knoppe, N. van Kesteren, W. Hoofman, 2020



Wat kunnen werkgevers en organisaties doen?

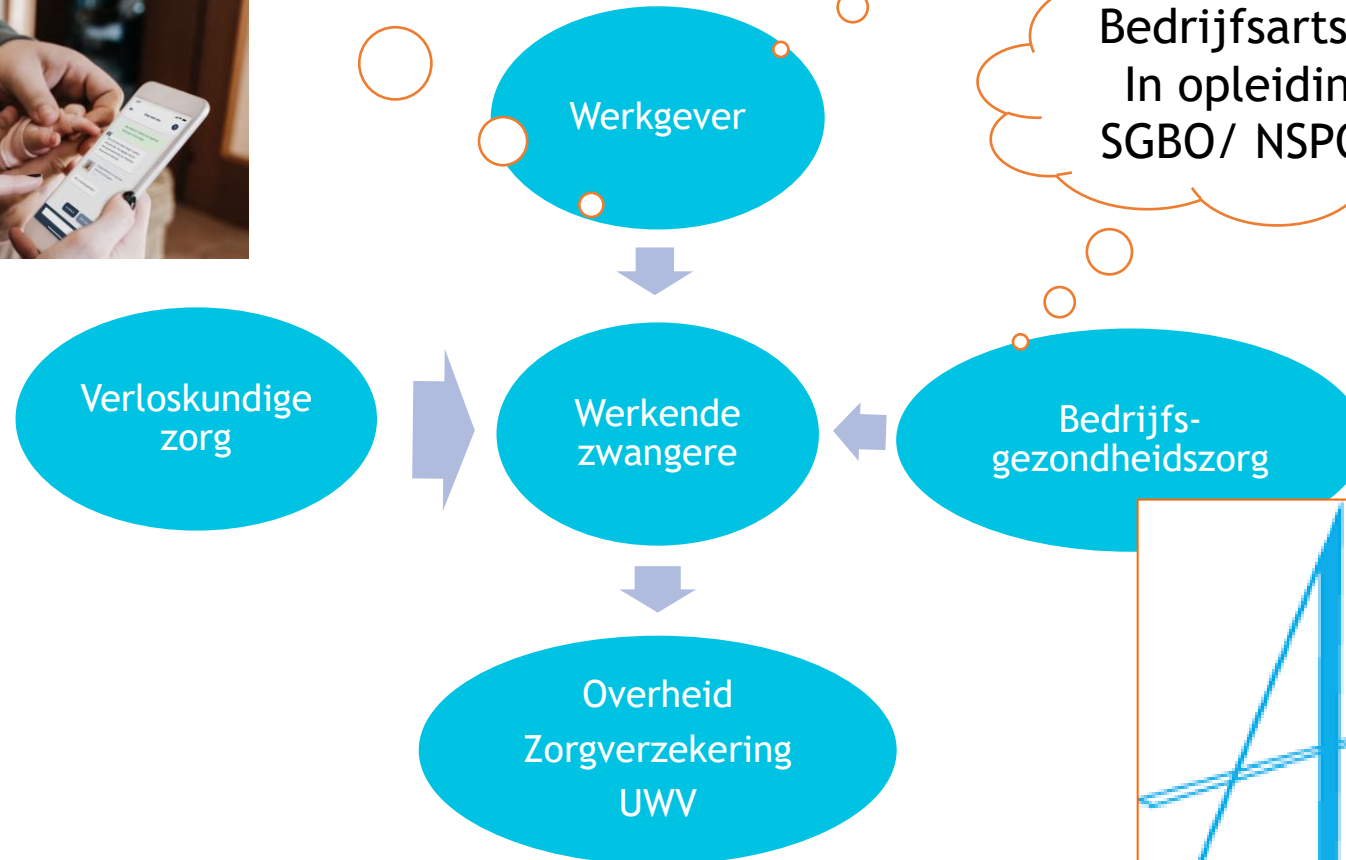
- Zwangerschapsbeleid en gezinsvriendelijke bedrijfscultuur
- Kies voor een levensloop-perspectief
- Gebruik bestaande oplossingen en best practices

Pro Parents 'app en dashboard voor leidinggevenden en aanstaande en jonge ouders'



Inspiratiesessie leidinggevenden en jonge ouders, AmsterdamUMC
Gestart met verder onderzoek

Bedrijfsartsen
In opleiding
SGB0/ NSPOH



Nederlandse Vereniging
voor **Arbeidshygiëne**



Samenwerking arboprofessionals

Zwangeren beleid en WUR

- Aandacht in de WUR-brede introductie voor nieuwe medewerkers
- Folders, informatieprotocol en het beleid op intranet
- Checklist op Risicofactoren
- Op indicatie: verdiepende RIE



Zwangerschap doe je er niet even bij!

Kern Zwangerschap en werk

