ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΤΩΝ ΕΥΡΩΠΑΪΚΩΝ ΚΟΙΝΟΤΗΤΩΝ

Βρυξέλλες, 20.11.2000
COM(2000) 466 τελικό/2

CORRIGENDUM
Annule et remplace la page 27 du document COM(2000)466 final du 05.10.2000. L'année de la directive doit se lire 67/548/CEE au lieu de 64/548/CEE.
Concerne la version EL.

ΑΝΑΚΟΊΝΩΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΉΣ

κατευθυντήριες γραμμές σχετικά με την εκτίμηση των χημικών, φυσικών και βιολογικών παραγόντων και των μεθόδων παραγωγής που θεωρείται ότι περικλείουν κίνδυνο για την ασφάλεια ή την υγεία των εγκύων, λεχώνων ή γαλουχουσών εργαζομένων (Οδηγία 92/85/ΕΟΚ του Συμβουλίου)

ΑΝΑΚΟΊΝΩΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΉΣ

κατευθυντήριες γραμμές σχετικά με την εκτίμηση των χημικών, φυσικών και βιολογικών παραγόντων και των μεθόδων παραγωγής που θεωρείται ότι περικλείουν κίνδυνο για την ασφάλεια ή την υγεία των εγκύων, λεχώνων ή γαλουχουσών εργαζομένων (Οδηγία 92/85/ΕΟΚ του Συμβουλίου)

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Το άρθρο 3 πρώτη παράγραφος της οδηγίας 92/85/ΕΟΚ του Συμβουλίου της 19ης Οκτωβρίου 1992 (ΕΕ L 348 της 28ης Νοεμβρίου 1992, σ.1) σχετικά με την εφαρμογή μέτρων που αποβλέπουν στη βελτίωση της υγείας και της ασφάλειας κατά την εργασία των εγκύων, λεχώνων και γαλουχουσών εργαζομένων (δέκατη ειδική οδηγία κατά την έννοια του άρθρου 16, παράγραφος 1, της οδηγίας 89/391/ΕΟΚ) προβλέπει ότι :

« Η Επιτροπή, συνεννοούμενη με τα κράτη μέλη και επικουρούμενη από τη συμβουλευτική επιτροπή για την ασφάλεια, την υγιεινή και την προστασία της υγείας στον τόπο εργασίας, χαράζει τις κατευθυντήριες γραμμές σχετικά με την εκτίμηση των χημικών, φυσικών ή βιολογικών παραγόντων καθώς και των βιομηχανικών μεθόδων παραγωγής που θεωρείται ότι ενέχουν κίνδυνο για την υγεία ή την ασφάλεια των εργαζομένων γυναικών κατά την έννοια του άρθρου 2.

Οι αναφερόμενες στο πρώτο εδάφιο κατευθυντήριες γραμμές αφορούν επίσης και τις κινήσεις και θέσεις του σώματος, την πνευματική και φυσική κόπωση και τις άλλες φυσικές και πνευματικές καταπονήσεις που συνδέονται με τη δραστηριότητα των εργαζομένων γυναικών κατά την έννοια του άρθρου 2 ».

Σύμφωνα με την παράγραφο 2 του άρθρου 3, οι κατευθυντήριες γραμμές έχουν στόχο να χρησιμεύσουν ως οδηγός για την προβλεπόμενη στο άρθρο 4 παράγραφος 1 αξιολόγηση, η οποία προβλέπει με τη σειρά της ότι "οιαδήποτε δραστηριότητα που ενδέχεται να εγκλείει συγκεκριμένο κίνδυνο έκθεσης στους παράγοντες, τις μεθόδους παραγωγής ή τις συνθήκες εργασίας, που περιλαμβάνονται στο μη εξαντλητικό κατάλογο του παραρτήματος I, πρέπει να αξιολογείται, από τον εργοδότη, η φύση, ο βαθμός και η διάρκεια της έκθεσης των εργαζόμενων γυναικών κατά την έννοια του άρθρου 2, στη συγκεκριμένη επιχείρηση ή/και εγκατάσταση, είτε άμεσα είτε έμμεσα, μέσω των υπηρεσιών προστασίας και πρόληψης που προβλέπονται στο άρθρο 7 της οδηγίας 89/391/ΕΟΚ, προκειμένου:

– να εκτιμηθεί κάθε κίνδυνος που απειλεί την ασφάλεια ή την υγεία καθώς και κάθε αντίκτυπος στην εγκυμοσύνη ή γαλουχία των εργαζομένων γυναικών κατά την έννοια του άρθρου 2,

– να καθορισθούν τα μέτρα που πρέπει να ληφθούν."

Η Επιτροπή, σε συνεννόηση με τα κράτη μέλη και επικουρούμενη από τη συμβουλευτική επιτροπή για την ασφάλεια, την υγιεινή και την προστασία της υγείας στον τόπο εργασίας, όρισε τις κατευθυντήριες γραμμές που ακολουθούν.

Η Επιτροπή αποδίδει πολύ μεγάλη σπουδαιότητα σε όλα τα μέτρα που αποσκοπούν στην προστασία της ασφάλειας και της υγείας των εργαζομένων, και ιδιαίτερα ορισμένων πιο ευάλωτων ομάδων εργαζομένων, όπως είναι, προφανέστατα, οι έγκυες, λεχώνες ή

γαλουχούσες εργαζόμενες. Πολύ περισσότερο όταν οι κίνδυνοι στους οποίους ενδέχεται να εκτεθούν είναι δυνατόν να βλάψουν όχι μόνο τη δική τους υγεία, αλλά και εκείνη των εμβρύων ή των νεογέννητων, δεδομένου ότι υπάρχει πολύ στενή φυσική, αλλά και συναισθηματική, σχέση μεταξύ μητέρας και παιδιού.

Επομένως, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή εκτιμά ότι η παρούσα ανακοίνωση αποτελεί αποτελεσματικό και πολύ πρακτικό εργαλείο, το οποίο θα χρησιμεύσει ως οδηγός για την αξιολόγηση των κινδύνων για την υγεία και την ασφάλεια των εγκύων, λεχώνων η γαλουχουσών εργαζομένων. Με βάση την αξιολόγηση αυτή ο καθορισμός των ανάλογων μέτρων θα γίνεται με πολύ αποτελεσματικότερο τρόπο.

Για τους λόγους αυτούς, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή θα φροντίσει για την όσο το δυνατόν ευρύτερη διάδοση των κατευθυντήριων αυτών γραμμών μεταξύ των οργανισμών και των ατόμων που ασχολούνται με την υγεία και την ασφάλεια στον τόπο εργασίας.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ 7

Η προσέγγιση στην εκτίμηση των κινδύνων 7

Νομικό υπόβαθρο 9

Προηγούμενα μέτρα που έχουν σχέση με την παρούσα ενέργεια 10

Ειδικά σημεία που πρέπει να τονιστούν 10

ΓΕΝΙΚΕΣ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΤΩΝ ΕΡΓΟΔΟΤΩΝ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΤΩΝ ΚΙΝΔΥΝΩΝ 11

Προσδιορισμός των κινδύνων 13

ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΤΩΝ ΚΙΝΔΥΝΩΝ: ΓΕΝΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΚΑΙ ΣΥΝΑΦΕΙΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ 15

Πνευματική και σωματική κόπωση και χρόνος εργασίας 15

Καταπόνηση λόγω στάσης που συνδέεται με τη δραστηριότητα των λεχώνων ή των εγκύων 16

Εργασία σε ύψος 16

Εργασία κατά μόνας 16

Επαγγελματικό στρες 16

Οι έγκυοι και οι λεχώνες μπορεί να επηρεαστούν ιδιαίτερα από το επαγγελματικό στρες για διάφορους λόγους: 16

Κατά τον προσδιορισμό των μέτρων οι εργοδότες πρέπει να συνεκτιμούν τους γνωστούς αγχογόνους παράγοντες (π.χ. μοντέλα εναλλαγής βαρδιών, ανασφάλεια της θέσης εργασίας, φόρτος εργασίας, κτλ.) και τους ειδικούς ιατρικούς και ψυχοκοινωνικούς παράγοντες που επηρεάζουν κάθε γυναίκα. 16

Τα μέτρα προστασίας μπορεί να περιλαμβάνουν προσαρμογές των συνθηκών ή του χρόνου εργασίας καθώς και μέτρα προκειμένου να εξασφαλίζεται ότι θα υπάρχει η απαιτούμενη κατανόηση, υποστήριξη και αναγνώριση όταν η γυναίκα επιστρέψει στην εργασίας της, και παράλληλα ο σεβασμός της ιδιωτικής της ζωής. 16

Δραστηριότητες που απαιτούν ορθοστασία 18

Καθιστικές δραστηριότητες 18

Έλλειψη εγκαταστάσεων ανάπαυσης και άλλων κοινωνικών υποδομών 18

Κίνδυνος λοίμωξης ή νεφροπάθειας ως αποτέλεσμα ανεπαρκών εγκαταστάσεων υγιεινής 19

Κίνδυνοι ως αποτέλεσμα ακατάλληλης διατροφής 19

Κίνδυνοι λόγω ακαταλλήλων ή ανύπαρκτων εγκαταστάσεων 20

ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΤΩΝ ΚΙΝΔΥΝΩΝ: ΕΙΔΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ (ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΙ ΑΠΟΦΥΓΗΣ ΤΩΝ ΚΙΝΔΥΝΩΝ) 21

ΦΥΣΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ 21

Κρούσεις, δονήσεις ή κινήσεις 21

Θόρυβος 22

Ιονίζουσα ακτινοβολία 22

Μη ιονίζουσα ηλεκτρομαγνητική ακτινοβολία 23

Υπερβολικό ψύχος ή ζέστη 23

Εργασία σε υπερβαρική ατμόσφαιρα π.χ. σε χώρους υπό πίεση και υποβρύχιες καταδύσεις 24

ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ 25

ΧΗΜΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ 27

Ουσίες που έχουν επισημανθεί με τις φράσεις *κινδύνου R40, R45, R46, R61, R63 και R64* 27

Σκευάσματα που επισημαίνονται με βάση την οδηγία 83/379/ΕΟΚ ή 1999/45/ΕΚ 28

Υδράργυρος και υδραργυρικά παράγωγα. 28

Αντιμιτωτικά (κυτταροτοξικά) φάρμακα 29

Χημικοί παράγοντες γνωστής και επικίνδυνης διαδερμικής απορρόφησης (δηλ. που μπορούν να απορροφηθούν μέσω του δέρματος). Εδώ περιλαμβάνονται ορισμένα φυτοφάρμακα. 29

Μονοξείδιο του άνθρακα 30

Μόλυβδος και παράγωγα μολύβδου - εφόσον οι παράγοντες αυτοί *μπορούν* να απορροφηθούν από τον ανθρώπινο οργανισμό 31

Χημικοί παράγοντες και βιομηχανικές μέθοδοι παραγωγής του παραρτήματος 1 της οδηγίας 90/394/ΕΟΚ 32

ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 33

Χειρωνακτική διακίνηση *φορτίων* 33

Κινήσεις και στάσεις του σώματος· 34

Μετακινήσεις εντός ή εκτός των εγκαταστάσεων 35

Εργασία σε υπόγεια μεταλλεία 35

Εργασία σε εξοπλισμό με οθόνη οπτικής απεικόνισης (ΟΟΑ) 36

Εξοπλισμός εργασίας και εξοπλισμός ατομικής προστασίας (συμπεριλαμβανομένου του ρουχισμού) 37

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 38

Πλευρές της εγκυμοσύνης που μπορεί να απαιτούν προσωρινά προσαρμογές της οργάνωσης της εργασίας 38

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η εγκυμοσύνη δεν είναι ασθένεια αλλά ως μέρος της καθημερινής ζωής. Η προστασία της υγείας και η ασφάλεια αναφορικά με τις εγκύους γυναίκες μπορεί συχνά να επιτευχθεί με την εφαρμογή υφιστάμενων κανόνων και διαδικασιών στους αντίστοιχους τομείς. Πολλές γυναίκες εργάζονται ενόσω είναι έγκυοι και πολλές επιστρέφουν στην εργασία τους ενώ θηλάζουν. Ορισμένοι κίνδυνοι που υπάρχουν στο χώρο εργασίας μπορεί να έχουν επίδραση στην υγεία και στην ασφάλεια των εγκύων, των λεχώνων και των παιδιών τους. Η εγκυμοσύνη επιφέρει μεγάλες φυσιολογικές και ψυχολογικές αλλαγές. Η ορμονική ισορροπία είναι ιδιαίτερα ευαίσθητη, και η έκθεση σε παράγοντες που μπορεί να τη διαταράξουν μπορεί να προκαλέσουν επιπλοκές, με ενδεχόμενο αποτέλεσμα, π.χ., την αποβολή.

Συνθήκες οι οποίες ενδέχεται να είναι αποδεκτές σε συνήθεις καταστάσεις μπορεί να μην είναι πλέον σε περίπτωση εγκυμοσύνης.

Η προσέγγιση στην εκτίμηση των κινδύνων

Η εκτίμηση των κινδύνων είναι μια συστηματική εξέταση όλων των πτυχών της εργασίας, προκειμένου να εντοπιστούν οι πιθανές αιτίες πρόκλησης τραυματισμών ή βλάβης της υγείας και να προσδιοριστεί ο τρόπος με τον οποίο μπορούν οι αιτίες αυτές να τεθούν υπό έλεγχο, ώστε να εξαλειφθούν ή να μειωθούν οι κίνδυνοι.

Σύμφωνα με τις απαιτήσεις της οδηγίας 92/85/ΕΟΚ, η εκτίμηση πρέπει να περιλαμβάνει τουλάχιστον τρία στάδια:

1. προσδιορισμός των κινδύνων (φυσικοί, χημικοί και βιολογικοί παράγοντες· μέθοδοι παραγωγής· κινήσεις και θέσεις του σώματος· πνευματική και σωματική κόπωση· άλλες σωματικές και πνευματικές καταπονήσεις)·

2. προσδιορισμός των κατηγοριών των εργαζομένων (έγκυοι, λεχώνες ή γαλουχούσες εργαζόμενες που εκτίθενται σε κινδύνους)·

3. εκτίμηση των κινδύνων τόσο από ποιοτική όσο και από ποσοτική άποψη.

Πηγή κινδύνου: Η εγγενής ιδιότητα ή ικανότητα κάποιου στοιχείου (π.χ. υλικών εργασίας, εξοπλισμού, μεθόδων και πρακτικών εργασίας) που ενδέχεται να προκαλέσει βλάβη.

Κίνδυνος: Η πιθανότητα να προκληθεί βλάβη υπό τις συνθήκες χρήσης και/ή έκθεσης, και η πιθανή έκταση της βλάβης.

Όσον αφορά το σημείο 1 (προσδιορισμός των κινδύνων), υπάρχουν ήδη εκτεταμένα στοιχεία σχετικά με τους φυσικούς παράγοντες (συμπεριλαμβανομένης της ιοντίζουσας ακτινοβολίας), τους χημικούς παράγοντες και τους βιολογικούς παράγοντες.

Όσον αφορά ειδικά τους χημικούς παράγοντες, η οδηγία 67/548/ΕΟΚ του Συμβουλίου, όπως τροποποιήθηκε τελευταία από την οδηγία της Επιτροπής 2000/33/ΕΚ σχετικά με την προσέγγιση των νομοθετικών, κανονιστικών και διοικητικών διατάξεων σχετικά με την ταξινόμηση, συσκευασία και επισήμανση των επικίνδυνων ουσιών προβλέπει τις παρακάτω φράσεις κινδύνου για ουσίες και παρασκευάσματα:

– πιθανοί κίνδυνοι μόνιμων επιδράσεων (R40)
– μπορεί να προκαλέσει καρκίνο (R45)
– μπορεί να προκαλέσει κληρονομικές γενετικές βλάβες (R46)
– μπορεί να προκαλέσει καρκίνο διά εισπνοής (R49)
– μπορεί να βλάψει το έμβρυο κατά τη διάρκεια της κύησης (R61)
– πιθανός κίνδυνος δυσμενών επιδράσεων στο έμβρυο κατά τη διάρκεια της κύησης (R63)
– μπορεί να βλάψει τα βρέφη που τρέφονται με μητρικό γάλα (R64).

Στο πλαίσιο της εκτίμησης των υφισταμένων ουσιών και των εργασιών τηςSCOEL(Επιστημονικής επιτροπής για τα όρια επαγγελματικής έκθεσης σε χημικούς παράγοντες), η Επιτροπή έχει επίσης εκπονήσει σειρά εγγράφων που αφορούν εν μέρει το θέμα αυτό.

Σημείο 2 (προσδιορισμός της κατηγορίας των εκτιθέμενων εργαζομένων). Ενώ ο εντοπισμός των λεχώνων ή των γαλουχουσών εργαζομένων δεν παρουσιάζει δυσκολίες, δεν ισχύει το ίδιο και για τις εγκύους εργαζόμενες. Υπάρχει ένα διάστημα 30-45 ημερών κατά το οποίο μια εργαζόμενη μπορεί να μην γνωρίζει ότι είναι έγκυος και συνεπώς να μην είναι σε θέση ή να διστάζει να ενημερώσει τον εργοδότη της. Ωστόσο, υπάρχουν ορισμένοι παράγοντες, ιδίως φυσικοί και χημικοί, που μπορεί να προκαλέσουν βλάβη στο έμβρυο κατά την περίοδο που έπεται αμέσως μετά τη σύλληψη, πράγμα που σημαίνει ότι η λήψη των κατάλληλων προληπτικών μέτρων είναι ουσιαστική. Πρόκειται για ένα δυσεπίλυτο πρόβλημα, διότι απαιτεί τη λήψη ειδικής μέριμνας για όλες τις εργαζόμενες, μέσω της μείωσης της έκθεσής τους σε αυτούς τους επικίνδυνους παράγοντες.

Το σημείο 3 (ποιοτική και ποσοτική εκτίμηση των κινδύνων) αντιπροσωπεύει την πιο λεπτή φάση της διαδικασίας, διότι το άτομο που πραγματοποιεί την εκτίμηση πρέπει να είναι ικανό και να λαμβάνει δεόντως υπόψη τις σχετικές πληροφορίες, συμπεριλαμβανομένων των πληροφοριών από την ίδια την έγκυο ή τους συμβούλους της, για την εφαρμογή των κατάλληλων μεθόδων, ώστε να είναι σε θέση να συμπεραίνει εάν ο παράγοντας κινδύνου που εντοπίζεται περικλείει ή όχι κατάσταση κινδύνου τους εργαζομένους.

Νομικό υπόβαθρο

Το άρθρο 3 παράγραφος 1 της οδηγίας 92/85/ΕΟΚ του Συμβουλίου της 19ης Οκτωβρίου 1992 (ΕΕ L 348 της 28ης Νοεμβρίου 1992, σ. 1) σχετικά με την εφαρμογή μέτρων που αποβλέπουν στη βελτίωση της υγείας και της ασφάλειας κατά την εργασία των εγκύων, λεχώνων και γαλουχουσών εργαζομένων (δέκατη ειδική οδηγία κατά την έννοια του άρθρου 16 παράγραφος 1 της οδηγίας 89/391/ΕΟΚ) ορίζει ότι η Επιτροπή, συνεννοούμενη με τα κράτη μέλη και επικουρούμενη από τη συμβουλευτική επιτροπή για την ασφάλεια, την υγιεινή και την προστασία της υγείας στον τόπο εργασίας, χαράζει τις κατευθυντήριες γραμμές για την εκτίμηση των κινδύνων.

Αυτές οι κατευθυντήριες γραμμές θα χρησιμεύσουν ως βάση για την εκτίμηση που αναφέρεται στο άρθρο 4 παράγραφος 1 της ίδιας οδηγίας, που αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της εκτίμησης των κινδύνων στους οποίους αναφέρεται το άρθρο 9 της οδηγίας-πλαισίου του Συμβουλίου 89/391/ΕΟΚ περί θέσπισης μέτρων για την ενθάρρυνση της βελτίωσης της κατάστασης υγείας και ασφάλειας των εργαζομένων κατά την εργασία, το οποίο ορίζει ότι:

"Όσον αφορά οιαδήποτε δραστηριότητα που ενδέχεται να εγκλείει συγκεκριμένο κίνδυνο έκθεσης στους παράγοντες, τις μεθόδους παραγωγής ή τις συνθήκες εργασίας, που περιλαμβάνονται στο μη εξαντλητικό κατάλογο του παραρτήματος I, πρέπει να αξιολογείται, από τον εργοδότη, η φύση, ο βαθμός και η διάρκεια της έκθεσης των εργαζόμενων γυναικών κατά την έννοια του άρθρου 2, στη συγκεκριμένη επιχείρηση ή/και εγκατάσταση, είτε άμεσα είτε έμμεσα, μέσω των υπηρεσιών προστασίας και πρόληψης που προβλέπονται στο άρθρο 7 της οδηγίας 89/391/ΕΟΚ, προκειμένου:

– να εκτιμηθεί κάθε κίνδυνος που απειλεί την ασφάλεια ή την υγεία καθώς και κάθε αντίκτυπος στην εγκυμοσύνη ή γαλουχία των εργαζόμενων γυναικών κατά την έννοια του άρθρου 2,

– να καθοριστούν τα μέτρα που πρέπει να ληφθούν."

Πρέπει να σημειωθεί ότι:

- Ο εργοδότης είναι υποχρεωμένος να προβαίνει σε εκτίμηση των κινδύνων για όλες τις εργαζόμενες που ικανοποιούν τα κριτήρια που ορίζονται στο άρθρο 2 της οδηγίας (βλ. ορισμούς στη σελ. 12). Εδώ περιλαμβάνονται και οι εργαζόμενες στις ένοπλες δυνάμεις, στην αστυνομία και σε ορισμένες ειδικές δραστηριότητες των υπηρεσιών πολιτικής προστασίας.

- Η εκτίμηση των κινδύνων για τις εγκύους εργαζόμενες είναι μια πρόσθετη εκτίμηση των κινδύνων που πρέπει να εκτελείται σύμφωνα με τις διατάξεις της οδηγίας πλαισίου.

  Αυτή η εκτίμηση των κινδύνων πρέπει να λαμβάνει υπόψη τα σημεία της οδηγίας πλαισίου σχετικά με την πρόληψη και πρέπει επίσης να καλύπτει τουλάχιστον τους δυνητικούς κινδύνους για τις εγκύους εργαζόμενες, εφόσον είναι γνωστοί (π.χ. κίνδυνοι που συνδέονται με ορισμένες χημικές ουσίες, κτλ.).

Προηγούμενα μέτρα που έχουν σχέση με την παρούσα ενέργεια

Στην περίοδο 1993-94 η Επιτροπή εκπόνησε ένα έγγραφο με τίτλο "Υπόμνημα για την εκτίμηση των επαγγελματικών κινδύνων" [ISBN 92-828-1332-0]. Το έγγραφο αυτό απευθύνεται στα κράτη μέλη, με σκοπό να χρησιμοποιηθεί ή να προσαρμοστεί, ώστε να παράσχει κατευθυντήριες γραμμές στους εργοδότες, στους εργαζομένους και στα άλλα μέρη που μπορεί να αντιμετωπίζουν πρακτικά θέματα των κανόνων εκτίμησης των κινδύνων που ορίζονται στην οδηγία-πλαίσιο 89/391/ΕΟΚ του Συμβουλίου σχετικά με την εφαρμογή μέτρων για την προώθηση της βελτίωσης της ασφάλειας και της υγείας των εργαζομένων κατά την εργασία, και ιδίως στο άρθρο 6 παράγραφος 3 στοιχείο α) και στο άρθρο 9 παράγραφος 1 στοιχείο α).

Το έγγραφο αυτό, το οποίο δημοσιεύθηκε το 1996, αποτελεί την ιδανική βάση για τη χάραξη των κατευθυντήριων γραμμών που αναφέρεται στο άρθρο 3 παράγραφος 1 της οδηγίας 92/85/ΕΟΚ.

Ειδικά σημεία που πρέπει να τονιστούν

- Προκειμένου να ληφθεί υπόψη η αρχή της πρόληψης που θεσπίζει η οδηγία πλαίσιο, σε περίπτωση αναδιοργάνωσης της εργασίας, η εκτίμηση των κινδύνων πρέπει να επαναληφθεί και οι εργαζόμενοι πρέπει να εκπαιδευτούν κατάλληλα στη νέα οργάνωση.

- Είναι σαφές ότι η εκτίμηση των κινδύνων που αναφέρεται στην εν λόγω οδηγία έχει ιδιαίτερο χαρακτήρα, διότι καλύπτει μια αδιάλειπτα μεταβαλλόμενη κατάσταση που παρουσιάζει διακυμάνσεις μεταξύ των ατόμων. Επιπλέον, δεν επηρεάζει μόνον την ίδια τη γυναίκα, αλλά επίσης το αγέννητο παιδί και το νεογνό. Σε κλάδους όπου μπορούν να αναμένονται κίνδυνοι για την αναπαραγωγή και την εγκυμοσύνη είναι αναγκαία η ενημέρωση όλων των εργαζομένων ως προς τους δυνητικούς κινδύνους.

- Μια εφάπαξ εκτίμηση μπορεί να μην είναι αρκετή, καθώς η εγκυμοσύνη είναι μια δυναμική διεργασία και όχι μια στατική κατάσταση. Επιπλέον, οι διάφοροι κίνδυνοι μπορεί να έχουν επίδραση στη γυναίκα και στο κυοφορούμενο ή στο νεογέννητο παιδί της σε διαφορετική έκταση όχι μόνο κατά τη διάρκεια των διαφόρων σταδίων της εγκυμοσύνης, αλλά και μετά τον τοκετό. Το ίδιο ισχύει και στις περιπτώσεις που σημειώνεται μια αλλαγή στις συνθήκες εργασίας, στον εξοπλισμό ή στα μηχανήματα.

- Οι ιατρικές συμβουλές, εκθέσεις και πιστοποιητικά πρέπει να λαμβάνουν υπόψη τις συνθήκες εργασίας. Αυτό έχει ιδιαίτερη σημασία, ιδίως σε περίπτωση εκδήλωσης συμπτωμάτων, όπως πρωινή αδιαθεσία, αυξημένη ευαισθησία σε οσμές όπως ο καπνός του τσιγάρου, κτλ., που πρέπει να αντιμετωπίζονται στο πλαίσιο απόλυτης εμπιστευτικότητας. Η εμπιστευτικότητα όσον αφορά την "κατάσταση" μιας γυναίκας πρέπει επίσης να εξασφαλίζει ότι ένας εργοδότης δεν μπορεί να κοινοποιήσει ότι μια γυναίκα είναι έγκυος εάν αυτή δεν το επιθυμεί ή δεν έχει δώσει τη συγκατάθεσή της. Διαφορετικά, π.χ., μια γυναίκα που είχε ήδη μία ή περισσότερες αποβολές θα μπορούσε να υποβληθεί σε σημαντική ψυχολογική πίεση.

  Σε ορισμένες περιπτώσεις μπορεί να χρειαστεί να ληφθούν μέτρα (συμπεριλαμβανομένης της περιορισμένης κοινοποίησης της εγκυμοσύνης) για να προστατευθεί η υγεία, η ασφάλεια και η ευεξία της γυναίκας, αλλά αυτό πρέπει να γίνεται με τη συμφωνία της εργαζομένης ύστερα από συζήτηση.

  Η εκτίμηση των κινδύνων πρέπει να λαμβάνει δεόντως υπόψη τις ιατρικές συμβουλές και τις ανησυχίες κάθε γυναίκας.

- Όσον αφορά τους κινδύνους που οφείλονται σε χημικούς παράγοντες, πρέπει να σημειωθεί ότι τα όρια επαγγελματικής έκθεσης έχουν οριστεί για τον ενήλικο εργαζόμενο στο εργασιακό περιβάλλον, και συνεπώς οι γυναίκες που εργάζονται με επικίνδυνες ουσίες πρέπει να ενημερώνονται για τους πρόσθετους κινδύνους που

μπορεί να περικλείουν αυτές οι ουσίες για το αγέννητο παιδί ή το παιδί που τρέφεται με το μητρικό γάλα.

- Η οδηγία δίνει κάποια περιθώρια ευελιξίας τόσο στα κράτη μέλη όσο και στις ίδιες τις γυναίκες όσον αφορά την άδεια μητρότητας μετά τον τοκετό (η υποχρεωτική άδεια μητρότητα είναι διάρκειας μόνο δύο εβδομάδων αλλά παρέχεται συνολική άδεια τουλάχιστον 14 εβδομάδων, που κατανέμεται πριν και μετά τον τοκετό). Οι διάφοροι κίνδυνοι που θα μπορούσαν να προκύψουν για τις εγκύους ή για τις λεχώνες πρέπει να καταγράφονται και να υποβάλλονται σε εκτίμηση.

- Καθώς το πρώτο τρίμηνο της κύησης είναι η πλέον ευαίσθητη περίοδος από πλευράς πρόκλησης μονίμων βλαβών στο αγέννητο παιδί, θα πρέπει όσο το δυνατό νωρίτερα ν'αρχίσει η παροχή όλης της απαραίτητης προστασίας στη μητέρα και το αγέννητο παιδί.

ΓΕΝΙΚΕΣ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΤΩΝ ΕΡΓΟΔΟΤΩΝ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΤΩΝ ΚΙΝΔΥΝΩΝ

Η οδηγία ορίζει ότι ο εργοδότης οφείλει να εκτιμά τους κινδύνους στους οποίους εκτίθενται όλοι οι εργαζόμενοι, συμπεριλαμβανομένων των εγκύων ή των λεχώνων εργαζομένων, και να μεριμνά για την αποφυγή ή για τον έλεγχο αυτών των κινδύνων. Κατά την εκτίμηση των κινδύνων ο εργοδότης θα πρέπει να λαμβάνει υπόψει τα υφιστάμενα όρια επαγγελματικής έκθεσης Αυτά τα όρια έκθεσης σε επικίνδυνες ουσίες και σε άλλους παράγοντες ορίζονται σε επίπεδα που δεν πρέπει να θέτουν σε κίνδυνο μια έγκυο ή γαλουχούσα εργαζόμενη ή το παιδί της. Σε ορισμένες περιπτώσεις για τις εγκύους εργαζόμενες ισχύουν χαμηλότερα επίπεδα έκθεσης απ' ό,τι για τους υπόλοιπους εργαζομένους.

Η εν λόγω οδηγία ορίζει ρητά ότι οι εργοδότες, κατά την εκτίμηση των επαγγελματικών κινδύνων, πρέπει να λαμβάνουν ιδιαίτερα υπόψη τους κινδύνους για τις λεχώνες, γαλουχούσες και εγκύους εργαζόμενες. Εάν ο κίνδυνος δεν μπορεί να αποφευχθεί με άλλα μέσα, θα πρέπει να γίνει τροποποιηθούν οι συνθήκες ή ο χρόνος εργασίας, ή να εξασφαλιστεί στην εργαζομένη άλλη κατάλληλη θέση. Εάν αυτό είναι αδύνατο, η εργαζομένη απαλλάσσεται από την εργασία επί όλο το διάστημα που χρειάζεται για την προστασία της υγείας ή της ασφάλειας της ίδιας ή του παιδιού της.

Τι οφείλει να κάνει ένας εργοδότης;

Εκτός από τη γενική εκτίμηση που απαιτεί η οδηγία πλαίσιο και η οδηγία 92/85/ΕΟΚ, ένας εργοδότης, όταν ενημερώνεται ότι μια εργαζομένη είναι έγκυος, πρέπει να προβαίνει σε εκτίμηση των ειδικών κινδύνων για αυτήν και να λαμβάνει μέτρα, προκειμένου να εξασφαλίζεται ότι δεν εκτίθεται σε κανέναν παράγοντα που να μπορεί να βλάψει είτε τη δική της υγεία είτε του κυοφορούμενου παιδιού της.

Ο εργοδότης οφείλει:

- να εκτιμήσει τον κίνδυνο

Με άλλα λόγια, να προσδιορίσει:

α) τους κινδύνους στους οποίους εκτίθεται η έγκυος, η λεχώνα, ή η γαλουχούσα εργαζομένη

β) τη φύση, την ένταση και τη διάρκεια της έκθεσης

[Το παράρτημα Ι περιλαμβάνει αναφορές σε ορισμένες πτυχές της εγκυμοσύνης που μπορεί να απαιτούν προσαρμογή της οργάνωσης εργασίας.]

– **να άρει τον παράγοντα επικινδυνότητας και να ενεργήσει για την αποτροπή ή τη μείωση του κινδύνου**

– **να λάβει τα μέτρα που απαιτούνται, προκειμένου να εξασφαλίζεται ότι δεν προξενείται καμιά βλάβη**

Αυτό σημαίνει κίνδυνο προσωπικού τραυματισμού, δηλαδή εν προκειμένω ότι δεν υπάρχει κίνδυνος ασθένειας ή βλάβης της σωματικής ή της πνευματικής κατάστασης ενός ατόμου, και ότι αποκλείεται κάθε πιθανή επίδραση στην εγκυμοσύνη, στο έμβρυο, στο βρέφος, ή στη λεχώνα.

Εάν η εκτίμηση αποκαλύψει ότι υπάρχει κίνδυνος, ο εργοδότης πρέπει να ενημερώσει τη γυναίκα για τον κίνδυνο αυτό και για τα μέτρα που θα ληφθούν ώστε να εξασφαλιστεί ότι δεν θα έχει επιπτώσεις στην υγεία και στην ασφάλεια της ίδιας ή του κυοφορούμενου παιδιού της.

Ορισμοί

Για τους σκοπούς της οδηγίας σχετικά με την προστασία των εγκύων εργαζομένων, νοούνται ως:

α) έγκυος εργαζομένη, κάθε εργαζόμενη γυναίκα που είναι έγκυος και έχει πληροφορήσει τον εργοδότη της για την κατάστασή της, σύμφωνα με την εθνική νομοθεσία και/ή πρακτική·

β) λεχώνα εργαζομένη, κάθε εργαζόμενη γυναίκα που διανύει το στάδιο της λοχείας κατά την έννοια της εθνικής νομοθεσίας και/ή πρακτικής και έχει πληροφορήσει τον εργοδότη της για την κατάστασή της, σύμφωνα με την ανωτέρω νομοθεσία και/ή πρακτική·

γ) γαλουχούσα εργαζομένη, κάθε εργαζόμενη γυναίκα που διανύει το στάδιο της γαλουχίας κατά την έννοια της εθνικής νομοθεσίας και/ή πρακτικής και έχει πληροφορήσει τον εργοδότη της για την κατάστασή της, σύμφωνα με την ανωτέρω νομοθεσία και/ή πρακτική.

Προσδιορισμός των κινδύνων

Οι φυσικοί, βιολογικοί και χημικοί παράγοντες, οι μέθοδοι παραγωγής και οι συνθήκες εργασίας που μπορεί να βλάψουν την υγεία και την ασφάλεια των εγκύων ή των λεχώνων παρατίθενται στο κεφάλαιο σχετικά με τους ειδικούς κινδύνους (παραπάνω). Στους κινδύνους αυτούς συγκαταλέγονται και οι δυνητικοί κίνδυνοι που παρατίθενται στα παραρτήματα της οδηγίας σχετικά με την υγεία και την ασφάλεια των εγκύων εργαζομένων.

Πολλοί από τους κινδύνους που περιλαμβάνονται στον πίνακα καλύπτονται από ειδική ευρωπαϊκή νομοθεσία περί υγείας και ασφάλειας, π.χ. από την οδηγία 90/394/ΕΟΚ του Συμβουλίου - και τις τροποποιήσεις της - σχετικά με τους καρκινογόνους παράγοντες, την οδηγία 90/679/ΕΟΚ του Συμβουλίου - και τις τροποποιήσεις της - σχετικά με τους βιολογικούς παράγοντες, την οδηγία 80/1107/ΕΟΚ σχετικά με τους χημικούς, φυσικούς και βιολογικούς παράγοντες, η οποία θα καταργηθεί κατά τη μεταφορά από τα κράτη μέλη της οδηγίας 98/24/ΕΚ (πριν από τις 5 Μαΐου 2001), την οδηγία 82/605/ΕΟΚ σχετικά με το μόλυβδο, την οδηγία 97/43/Ευρατόμ του Συμβουλίου σχετικά με την ιοντίζουσα ακτινοβολία, την οδηγία 90/269/ΕΟΚ σχετικά με τον χειρωνακτικό χειρισμό φορτίων και την οδηγία 90/270/ΕΟΚ σχετικά με τις οθόνες οπτικής απεικόνισης. Εάν ένας από αυτούς τους παράγοντες είναι παρών στο χώρο εργασίας, οι εργοδότες πρέπει να ανατρέξουν στη σχετική νομοθεσία, προκειμένου να ενημερωθούν για τα μέτρα που πρέπει να πάρουν. Οι κίνδυνοι μπορεί να είναι πολυπαραγοντικοί ως προς τα αποτελέσματά τους.

<u>Προσδιορισμός των ατόμων που μπορεί υποστούν βλάβη και με ποιον τρόπο</u>

Η εκτίμηση των κινδύνων μπορεί να αποκαλύψει ότι στο χώρο εργασίας υπάρχει μια ουσία, ένας παράγοντας ή μια μέθοδος παραγωγής που μπορεί να βλάψει την υγεία ή την ασφάλεια των εγκύων, των λεχώνων, ή των παιδιών τους. Δεν πρέπει να λησμονείται ότι μπορεί να υπάρχουν διαφορετικοί κίνδυνοι, ανάλογα με το εάν οι εργαζόμενες είναι έγκυοι, λεχώνες ή γαλουχούν. Στην κατηγορία των εργαζομένων περιλαμβάνεται, π.χ., και το προσωπικό συντήρησης και καθαριότητας, και έτσι σε περιπτώσεις που εργαζόμενες ενός εργοδότη απασχολούνται, π.χ. στο πλαίσιο υπεργολαβίας, στις εγκαταστάσεις άλλου, η συνεργασία των εργοδοτών μπορεί να είναι απαραίτητη.

Ενημέρωση των εργαζομένων σχετικά με τον κίνδυνο

Εάν η εκτίμηση των κινδύνων αποκαλύψει κάποιον κίνδυνο, οι εργοδότες πρέπει να ενημερώσουν όλους τους εργαζομένους σχετικά με τους δυνητικούς κινδύνους. Πρέπει επίσης να τους εξηγήσουν τα μέτρα που θα πάρουν, ώστε να εξασφαλιστεί ότι οι έγκυοι και οι λεχώνες εργαζόμενες δεν θα εκτεθούν σε κινδύνους που θα μπορούσαν να τις βλάψουν. Οι ίδιες πληροφορίες πρέπει να παρέχονται και στους εκπροσώπους των εργαζομένων.

Εφόσον υφίσταται κίνδυνος, οι εργοδότες πρέπει να ενημερώνουν τους εργαζόμενους ως προς τη σημασία της έγκαιρης διαπίστωσης της κατάστασης εγκυμοσύνης.

Αποφυγή του κινδύνου

Εάν εντοπιστεί σημαντικός κίνδυνος για την υγεία ή την ασφάλεια εγκύου ή λεχώνας εργαζομένης, πρέπει να αποφασιστούν τα μέτρα που θα ληφθούν για τη μείωσή του.

Παρακολούθηση των κινδύνων

Ο εργοδότης πρέπει να επανεξετάσει την εκτίμηση των κινδύνων για τις εγκύους ή τις λεχώνες εργαζόμενες, εάν πληροφορηθεί οποιαδήποτε αλλαγή. Παρ' όλο που οι κίνδυνοι είναι πιθανόν να παραμένουν σταθεροί, η πιθανότητα να προκαλέσουν βλάβη στο αγέννητο παιδί θα παρουσιάζει διακυμάνσεις μεταξύ των σταδίων της εγκυμοσύνης. Οι κίνδυνοι που πρέπει να λαμβάνονται υπόψη διαφέρουν, ανάλογα με το εάν οι εργαζόμενες διανύουν περίοδο λοχείας ή γαλουχίας.

Οι εργοδότες πρέπει να εξασφαλίζουν ότι οι γαλουχούσες εργαζόμενες δεν εκτίθενται σε κινδύνους για την υγεία ή την ασφάλειά τους επί όσο γαλουχούν. Η οδηγία σχετικά με τις ελάχιστες προδιαγραφές υγείας και ασφάλειας στους χώρους εργασίας (89/654/ΕΟΚ) ορίζει ότι οι έγκυοι και οι γαλουχούσες εργαζόμενες πρέπει να έχουν στη διάθεσή τους χώρο ανάπαυσης σε κατάλληλες συνθήκες.

Όταν οι εργαζόμενες εξακολουθούν να γαλουχούν επί πολλούς μήνες μετά τον τοκετό, οι εργοδότες πρέπει να επανεξετάζουν τους κινδύνους σε τακτικά διαστήματα. Σε περίπτωση που εντοπίσουν κινδύνους, θα πρέπει να εξακολουθήσουν να εφαρμόζουν τη διαδικασία τριών σταδίων για την αποφυγή της έκθεσης, δηλαδή προσαρμογή των συνθηκών και/ή του χρόνου εργασίας, εξεύρεση άλλης θέσης ή χορήγηση απαλλαγής από την εργασία, για όσο διάστημα απειλείται η υγεία και η ασφάλεια της γαλουχούσας γυναίκας ή του παιδιού της. Το κυριότερο πρόβλημα είναι η έκθεση σε ουσίες όπως ο μόλυβδος, οι οργανικοί διαλύτες, τα φυτοφάρμακα και τα αντιμιτωτικά, καθώς ορισμένες από τις ουσίες αυτές απεκκρίνονται στο μητρικό γάλα και το παιδί θεωρείται ότι είναι ιδιαίτερα ευαίσθητο.Η σημαντικότερη πλευρά είναι η "αποφυγή" ή η μείωση της έκθεσης. Σε ειδικές περιπτώσεις, η επαγγελματική συμβουλή ειδικών της ιατρικής της εργασίας μπορεί να είναι απαραίτητη.

ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΤΩΝ ΚΙΝΔΥΝΩΝ: ΓΕΝΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΚΑΙ ΣΥΝΑΦΕΙΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ

Οι γενικοί παράγοντες κινδύνου και οι συναφείς καταστάσεις που μπορεί να αντιμετωπίσουν οι περισσότερες έγκυοι, λεχώνες ή γαλουχούσες εργαζόμενες παρατίθενται στον παρακάτω πίνακα:

Κατάλογος των γενικών παραγόντων και καταστάσεων	**Ποιος είναι ο κίνδυνος;**	**Πώς μπορεί να αντιμετωπισθεί ο κίνδυνος Παραδείγματα μέτρων πρόληψης[2]**	**Ευρωπαϊκή νομοθεσία εκτός της οδηγίας 92/85/ΕΟΚ**
Πνευματική και σωματική κόπωση και χρόνος εργασίας	Οι πολλές συνεχόμενες ώρες εργασίας, η εργασία σε βάρδιες και η νυχτερινή εργασία μπορεί να έχουν μεγάλη επίδραση στην υγεία των λεχώνων, των εγκύων και των γαλουχουσών εργαζομένων. Δεν επηρεάζονται όλες οι γυναίκες κατά τον ίδιο τρόπο, και οι κίνδυνοι μπορεί να κυμαίνονται ανάλογα με το είδος της εκτελούμενης εργασίας, τις συνθήκες εργασίας και το ίδιο το άτομο. Αυτό αφορά ειδικά την υγειονομική περίθαλψη. Ωστόσο, συνήθως η κόπωση, τόσο η πνευματική όσο και η σωματική, αυξάνει κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και την περίοδο μετά τον τοκετό, λόγω των διαφόρων ψυχολογικών και άλλων αλλαγών που σημειώνονται. Επειδή πάσχουν από αυξανόμενη κόπωση, ορισμένες έγκυοι και γαλουχούσες γυναίκες μπορεί να μην είναι σε θέση να εργάζονται σε ακανόνιστα διαστήματα, σε βραδινές βάρδιες, τη νύχτα, ή υπερωριακά. Οι ρυθμίσεις του χρόνου εργασίας (συμπεριλαμβανομένων των ρυθμίσεων σχετικά με τα διαλείμματα, τη συχνότητά τους και την ώρα τους) μπορεί να επηρεάσουν την υγεία της εγκύου και του εμβρύου, την ανάρρωσή της μετά τον τοκετό ή την ικανότητά της για γαλουχία, μπορεί δε επίσης να αυξήσουν τους κινδύνους στρες, και συνεπώς τους κινδύνους εμφάνισης διαταραχών που συνδέονται με το στρες. Λόγω των αλλαγών στην πίεση του αίματος που μπορούν να σημειωθούν κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και μετά τον τοκετό, τα συνήθη μοντέλα διαλειμμάτων από την εργασία μπορεί να μην ενδείκνυνται για τις λεχώνες ή τις εγκύους.	Μπορεί να χρειαστεί προσωρινά να γίνει προσαρμογή του χρόνου εργασίας καθώς και άλλων εργασιακών συνθηκών, συμπεριλαμβανομένης της ώρας και της διάρκειας των διαλειμμάτων ανάπαυσης καθώς και να τροποποιηθούν τα μοντέλα και η διάρκεια των βαρδιών, ώστε να αποφευχθούν οι κίνδυνοι. Σχετικά με τη νυκτερινή εργασία, θα μπορούσε να οργανωθεί εναλλακτική ημερήσια εργασία για τις εγκύους	

[2] Τα παραδείγματα που περιλαμβάνονται στη στήλη αυτή δίνονται ενδεικτικά.Για καθένα από τους αναφερομένους κινδύνους υφίστανται άλλα μέτρα πρόληψης.Εναπόκειται σε καθεμία επιχείρηση να επιλέξει τα μέτρα που είναι καλύτερα προσαρμοσμένα στην περίπτωσή της, τηρώντας πάντα τις υποχρεώσεις που επιβάλλει η κοινοτική και εθνική νομοθεσία σχετικά.

Καταπόνηση λόγω στάσης που συνδέεται με τη δραστηριότητα των λεχώνων ή των εγκύων	Η κόπωση λόγω ορθοστασίας ή άλλης σωματικής δραστηριότητας έχει από καιρό συνδεθεί με αποβολή, πρόωρο τοκετό και χαμηλό βάρος νεογνού. Είναι επικίνδυνη η εργασία σε χώρους πολύ μικρών διαστάσεων ή σε σταθμούς εργασίας που δεν είναι επαρκώς προσαρμοσμένοι στο αυξημένο κοιλιακό μέγεθος, ιδίως κατά τα τελευταία στάδια της εγκυμοσύνης. Αυτή η κατάσταση μπορεί να προκαλέσει τραυματισμούς λόγω εξάρθρωσης ή διαστρέμματος. Η επιδεξιότητα, η ευκινησία, ο συντονισμός, η ταχύτητα των κινήσεων, η ικανότητα πρόσβασης σε αντικείμενα και η ισορροπία μπορεί επίσης να έχουν μειωθεί και γι' αυτό πρέπει να λαμβάνεται υπόψη ότι οι κίνδυνοι ατυχήματος είναι αυξημένοι.	Εξασφάλιση του ότι ο χρόνος, ο όγκος και ο ρυθμός της εργασίας δεν είναι υπερβολικοί και του ότι, όταν είναι δυνατόν, οι ίδιοι οι εργαζόμενοι ασκούν κάποια επιρροή στον τρόπο οργάνωσης της εργασίας. Εξασφάλιση της ύπαρξης καθισμάτων, όταν χρειάζεται. Η κόπωση μπορεί να αποφευχθεί ή να μειωθεί καθιστώντας δυνατά τα μεγαλύτερης διάρκειας και συχνότερα διαλείμματα κατά τη διάρκεια της εργασίας. Η προσαρμογή των σταθμών εργασίας ή των μεθόδων εργασίας θα βοηθήσει στο να εξαλειφθούν τα προβλήματα που σχετίζονται με τη στάση του σώματος και οι κίνδυνοι ατυχημάτων.	
Εργασία σε ύψος	Είναι επικίνδυνο για εγκύους να εργάζονται σε ύψος, π.χ. σκάλες, εξέδρες.	Ο εργοδότης οφείλει να εξασφαλίζει ότι οι έγκυοι δεν εκτίθενται σε εργασίες σε ύψος	
Εργασία κατά μόνας	Οι έγκυοι μπορεί να είναι πιο ευάλωτες από τις άλλες γυναίκες όταν εργάζονται μόνες τους, ιδίως εάν πέσουν ή χρειαστούν επείγουσα ιατρική βοήθεια.	Ανάλογα με την ιατρική κατάσταση αυτών των εργαζομένων, μπορεί να πρέπει να επανεξεταστούν και να αναθεωρηθούν οι δυνατότητες επικοινωνίας τους με άλλα άτομα και ο βαθμός της (εκ του μακρόθεν) επίβλεψης, ώστε να εξασφαλιστεί ότι, σε περίπτωση ανάγκης, μπορεί να παρασχεθεί βοήθεια και υποστήριξη και ότι οι διαδικασίες άμεσης ανάγκης (εάν χρειαστεί) λαμβάνουν υπόψη τις ανάγκες των εγκύων και των λεχώνων.	
Επαγγελματικό στρες	Οι έγκυοι και οι λεχώνες μπορεί να επηρεαστούν ιδιαίτερα από το επαγγελματικό στρες για διάφορους λόγους: - σημειώνονται ορμονικές, φυσιολογικές και ψυχολογικές αλλαγές, ορισμένες φορές μάλιστα ταχύτατες κατά τη διάρκεια και μετά την εγκυμοσύνη, που ενίοτε κάνουν τα άτομα πιο ευάλωτα στο στρες, στο άγχος ή στην κατάθλιψη· - οι αλλαγές που επιφέρει η εγκυμοσύνη στις οικονομικές συνθήκες μπορεί να εκφραστούν ως οικονομική, συναισθηματική και εργασιακή ανασφάλεια, ιδίως εάν αυτό αντανακλάται στη νοοτροπία του εργασιακού χώρου·	Κατά τον προσδιορισμό των μέτρων οι εργοδότες πρέπει να συνεκτιμούν τους γνωστούς αγχογόνους παράγοντες (π.χ. μοντέλα εναλλαγής βαρδιών, ανασφάλεια της θέσης εργασίας, φόρτος εργασίας, κτλ.) και τους ειδικούς ιατρικούς και ψυχοκοινωνικούς παράγοντες που επηρεάζουν κάθε γυναίκα. Τα μέτρα προστασίας μπορεί να περιλαμβάνουν προσαρμογές των συνθηκών ή του χρόνου εργασίας καθώς και μέτρα προκειμένου να εξασφαλίζεται ότι θα υπάρχει η απαιτούμενη κατανόηση, υποστήριξη και αναγνώριση όταν η γυναίκα επιστρέψει στην εργασίας της, και παράλληλα ο σεβασμός της ιδιωτικής της ζωής.	

	- μπορεί να παρουσιάζει δυσκολίες ο συνδυασμός επαγγελματικής και ιδιωτικής ζωής, ιδίως σε περιπτώσεις πολλών, απρόβλεπτων ή αντικοινωνικών ωρών εργασίας, ή όταν υπεισέρχονται και άλλες οικογενειακές υποχρεώσεις. - Η πιθανή έκθεση σε καταστάσεις που συνεπάγονται βία στο χώρο εργασίας Αν μια γυναίκα εκτίθεται σε κίνδυνο βίας κατά την εργασία στη διάρκεια της εγκυμοσύνης, της λοχείας ή της γαλουχίας τούτο μπορεί να είναι επιβλαβές. Μπορεί να οδηγήσει σε αποκόλληση του πλακούντα, αποβολή, πρόωρο τοκετό, λιπόβαρες νεογνό ή σε επηρεασμό της ικανότητας γαλουχίας. Αυτός ο κίνδυνος υφίσταται ιδίως για εργαζόμενες σε άμεση επαφή με πελάτες. Πρόσθετο στρες λόγω της εργασίας μπορεί να προκύψει εάν το άγχος μιας γυναίκας για την εγκυμοσύνη της, ή για την έκβασή της (π.χ. όταν υπάρχει ιστορικό αποβολής, θνησιγενούς παιδιού, ή άλλης ανωμαλίας) επαυξάνεται από την πίεση των συναδέλφων ή άλλων ομάδων στο χώρο εργασίας. Σε ορισμένες μελέτες το στρες συνδέεται με αυξημένη επίπτωση αποβολής και θνησιγενούς παιδιού καθώς και με μειωμένη ικανότητα γαλουχίας. Οι γυναίκες που έχουν υποστεί πρόσφατα απώλεια λόγω θνησιγενούς παιδιού, αποβολής, υιοθεσίας κατά τη γέννηση ή νεογνικού θανάτου θα είναι ιδιαίτερα ευάλωτες στο στρες, όπως και οι γυναίκες που έχουν αντιμετωπίσει σοβαρή ασθένεια ή τραυματισμό (συμπεριλαμβανομένης της καισαρικής τομής) που σχετίζεται με την εγκυμοσύνη ή τον τοκετό. Ωστόσο, σε ορισμένες περιπτώσεις, η επάνοδος στην εργασία ύστερα από τέτοια γεγονότα μπορεί να συμβάλει στη μείωση του στρες, εφόσον το εργασιακό περιβάλλον παρέχει συμπαράσταση και υποστήριξη.		Εφαρμόζεται η οδηγία πλαίσιο 89/391/ΕΟΚ.

Δραστηριότητες που απαιτούν ορθοστασία	Οι φυσιολογικές αλλαγές που σημειώνονται κατά την εγκυμοσύνη (αυξημένος όγκος αίματος και παλμού, γενική διαστολή των αιμοφόρων αγγείων και πιθανή συμπίεση των κοιλιακών ή των πυελικών φλεβών) ευνοούν την περιφερική συμφόρηση κατά την ορθοστασία. Η φλεβική συμπίεση μπορεί να μειώσει τη φλεβική επιστροφή από την πύελο, πράγμα που προκαλεί αντισταθμιστικές αυξήσεις του καρδιακού ρυθμού της μητέρας και συσπάσεις της μήτρας. Εάν η αντιστάθμιση είναι ανεπαρκής, μπορεί να προκληθεί ίλιγγος και λιποθυμία. Η αδιάκοπη ορθοστασία (και/ή περπάτημα) για μακρές περιόδους κατά τις εργασιακές ώρες συμβάλλει επίσης στην αύξηση του κινδύνου πρόωρου τοκετού.	Να διασφαλίζεται ότι διατίθεται κάθισμα, όπου ενδείκνυται Η καθιστή ή όρθια στάση δεν θα πρέπει να διατηρείται χωρίς διακοπή. Η εναλλαγή τους είναι ευκταία. Αν τούτο δεν είναι δυνατό θα πρέπει να προβλέπονται διαλείμματα .	Οδηγία 89/654/ΕΟΚ(απαιτήσεις υγείας και ασφάλειας στο χώρο εργασίας)
Καθιστικές δραστηριότητες	Οι αλλαγές που επιφέρει η εγκυμοσύνη στους παράγοντες πήξης και η μηχανική συμπίεση των πυελικών φλεβών από τη μήτρα περικλείουν ένα σχετικά υψηλό κίνδυνο θρόμβωσης ή εμβολής για τις εγκύους. Όταν η έγκυος είναι καθισμένη κατά τη διάρκεια, η πλήρωση των φλεβών των κάτω άκρων αυξάνει σημαντικά και μπορεί να προκαλέσει πόνο και εξοίδηση των ποδιών. Η αύξηση της οσφυϊκής λόρδωσης που προκαλείται από την αύξηση της κοιλιακής περιφέρειας μπορεί να προκαλέσει μήκους πόνους στην οσφυϊκή περιοχή της σπονδυλικής στήλης, οι οποίοι μπορεί να ενταθούν με την παραμονή σε μια συγκεκριμένη θέση επί υπερβολικό χρονικό διάστημα.		
Έλλειψη εγκαταστάσεων ανάπαυσης και άλλων κοινωνικών υποδομών	Η ανάπαυση είναι ιδιαίτερα σημαντική για τις εγκύους και τις λεχώνες. Η κόπωση αυξάνει κατά τη διάρκεια και μετά την εγκυμοσύνη, και μπορεί να επιταθεί από παράγοντες που έχουν σχέση με την εργασία. Υπάρχει ανάγκη τόσο για σωματική όσο και για πνευματική ανάπαυση. Ο καπνός του τσιγάρου είναι μεταλλαξιογόνος και καρκινογόνος και αποτελεί γνωστό κίνδυνο για την εγκυμοσύνη, όταν η μητέρα καπνίζει. Τα αποτελέσματα του παθητικού καπνίσματος είναι λιγότερο σαφή, αλλά είναι γνωστό ότι επηρεάζει την καρδιά και τους πνεύμονες και ότι περικλείει κίνδυνο για την υγεία του νεογνού. Ο καπνός του τσιγάρου ευαισθητοποιεί επίσης το αναπνευστικό σύστημα και είναι γνωστό ότι συνδέεται με άσθμα, η εκδήλωση του οποίου συνδέεται σε ορισμένες περιπτώσεις με την εγκυμοσύνη.	Εξαιτίας της ανάγκης για σωματική ανάπαυση, μπορεί να πρέπει να προβλεφθεί να υπάρχουν κατάλληλες εγκαταστάσεις, ώστε αυτές οι γυναίκες να έχουν πρόσβαση σε ένα χώρο όπου θα μπορούν να καθίσουν ή να ξαπλώσουν αναπαυτικά, μόνες τους και ανενόχλητες, σε κατάλληλα μεσοδιαστήματα. Οι έγκυοι θα πρέπει να ευαισθητοποιηθούν ως προς τον κίνδυνο από την έκθεση στον καπνό του καπνίσματος, έστω και του παθητικού. Όταν η απαγόρευση καπνίσματος σε κοινόχρηστους χώρους-όπως στις εγκαταστάσεις ανάπαυσης και στα κυλικεία- δεν είναι κανονιστικά ρυθμισμένη ο εργοδότης οφείλει να λαμβάνει υπόψη τους ενδεχόμενους κινδύνους από την έκθεση των εγκύων γυναικών στον καπνό του τσιγάρου.	Οδηγία 89/654//ΕΟΚ του Συμβουλίου(απαιτήσεις υγείας και ασφάλειας στο χώρο εργασίας)

Κίνδυνος λοίμωξης ή νεφροπάθειας ως αποτέλεσμα ανεπαρκών εγκαταστάσεων υγιεινής	Λόγω της πίεσης στην ουροδόχο κύστη και άλλων αλλαγών που συνδέονται με την εγκυμοσύνη, οι έγκυοι έχουν συχνά πιο συχνή και επείγουσα ανάγκη να επισκέπτονται την τουαλέτα απ' ό,τι άλλα άτομα. Οι γαλουχούσες γυναίκες μπορεί να έχουν επίσης την ίδια ανάγκη, λόγω της αυξημένης πρόσληψης υγρών για την προαγωγή της παραγωγής μητρικού γάλακτος υψηλής ποιότητας.	Στα μέτρα προστασίας περιλαμβάνονται η προσαρμογή των κανόνων που διέπουν τις εργασιακές πρακτικές, π.χ. στο πλαίσιο καταστάσεων συνεχούς επεξεργασίας και ομαδικής εργασίας, και η παροχή διευκολύνσεων ώστε να επιτρέπεται στις εγκύους ή στις γαλουχούσες εργαζόμενες να εγκαταλείπουν τους σταθμούς εργασίας ή και την εργασία τους ξαφνικά και πιο συχνά από το σύνηθες, ή διαφορετικά (εάν αυτό δεν είναι δυνατό)άλλες προσαρμογές ή προσωρινή ρύθμιση των συνθηκών εργασίας όπως προβλέπεται στην οδηγία 92/85/ΕΟΚ.	Οδηγία 89/654//ΕΟΚ του Συμβουλίου (απαιτήσεις υγείας και ασφάλειας στο χώρο εργασίας)
Κίνδυνοι ως αποτέλεσμα ακατάλληλης διατροφής.	Η επαρκής και κατάλληλη διατροφή και η πρόσληψη υγρών (ιδίως καθαρού πόσιμου νερού) σε τακτικά διαστήματα είναι ουσιαστική για την υγεία των λεχώνων ή των εγκύων και των παιδιών τους. Η όρεξη και η πέψη επηρεάζονται από την ώρα, τη συχνότητα και τη διάρκεια των διαλειμμάτων φαγητού και από άλλες ευκαιρίες πρόσληψης τροφής και αναψυκτικών, πράγμα που επηρεάζει και την υγεία του αγέννητου παιδιού. Η όρεξη και η πέψη επηρεάζονται κατά τη διάρκεια και μετά την εγκυμοσύνη από ορμονικές και φυσιολογικές αλλαγές, συμπεριλαμβανομένων εκείνων που προκαλούν ή επηρεάζουν την πρωινή αδιαθεσία (συνήθως στα αρχικά στάδια της εγκυμοσύνης), τη θέση του αγέννητου παιδιού στη μήτρα, τις θρεπτικές ανάγκες κάθε μητέρας και του αγέννητου παιδιού ή του βρέφους που θηλάζει. Οι έγκυοι μπορεί να χρειάζονται συχνότερα διαλείμματα φαγητού και να έχουν συχνότερη πρόσβαση σε πόσιμο νερό ή σε άλλα ελαφρά αναψυκτικά, ενδέχεται δε να μπορούν να ανεχθούν μόνον "ελαφριά και συχνή" τροφή παρά μεγαλύτερες ποσότητες στις "κανονικές" ώρες φαγητού. Τα πρότυπα διατροφής και οι προτιμήσεις διατροφής τους μπορεί να αλλάξουν, ιδίως κατά τα πρώτα στάδια της εγκυμοσύνης, όχι μόνο ως αντίδραση στην πρωινή αδιαθεσία αλλά και λόγω δυσανεξίας ή άλλων προβλημάτων που εμφανίζονται κατά τα τελευταία στάδια της εγκυμοσύνης.	Οι ειδικές ανάγκες των εγκύων και των λεχώνων σε ό,τι αφορά τα διαλείμματα (ανάπαυση, γεύματα ή φρεσκάρισμα) μπορούν να προσδιοριστούν ζητώντας τη γνώμη των ενδιαφερομένων. Αυτές οι ανάγκες μπορεί να αλλάξουν κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης. Μέτρα προστασίας για την αντιμετώπιση των δεσμεύσεων αυτών πρέπει να ληφθούν, ιδίως αναφορικά με την ανάγκη διαλειμμάτων για ανάπαυση ή για λήψη γεύματος και αναψυκτικών, καθώς και για τη διατήρηση των καταλλήλων μέτρων υγιεινής.	

Κίνδυνοι λόγω ακαταλλήλων ή ανύπαρκτων εγκαταστάσεων	Η πρόσβαση σε κατάλληλες εγκαταστάσεις για άντληση και ασφαλή φύλαξη μητρικού γάλακτος για τις γαλουχούσες μητέρες, ή προκειμένου να μπορούν να βρέφη να θηλάζουν στο χώρο εργασίας ή κοντά σε αυτόν μπορεί να διευκολύνει τη γαλουχία των εργαζομένων γυναικών και να συμβάλει σημαντικά στην προστασία της υγείας της μητέρας και του παιδιού. Τα στοιχεία δείχνουν ότι η γαλουχία μπορεί να αποτελεί παράγοντα προστασίας της μητέρας από τον καρκίνο και ότι συμβάλει στην προστασία του παιδιού από ορισμένες ασθένειες κατά τη βρεφική ηλικία. Η παρεμπόδιση του θηλασμού στον τόπο εργασίας μπορεί να επηρεάσει σημαντικά την υγεία της μητέρας και του παιδιού.	Τα μέτρα προστασίας περιλαμβάνουν: - πρόσβαση σε ιδιωτικό χώρο για θηλασμό ή για άντληση του γάλακτος· - χρήση ασφαλών και καθαρών ψυγείων για τη φύλαξη του αντληθέντος γάλακτος κατά την εργασία και εγκαταστάσεις για πλύσιμο, αποστείρωση και αποθήκευση των σκευών· - παραχώρηση χρόνου (χωρίς απώλεια αμοιβής ή παροχών και χωρίς το φόβο κυρώσεων) για άντληση του γάλακτος ή για θηλασμό.	

ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΤΩΝ ΚΙΝΔΥΝΩΝ: ΕΙΔΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ (ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΙ ΑΠΟΦΥΓΗΣ ΤΩΝ ΚΙΝΔΥΝΩΝ)

(συμπεριλαμβανομένων των φυσικών, χημικών και βιολογικών παραγόντων και των εργασιακών συνθηκών που παρατίθενται στα παραρτήματα 1 και 2 της οδηγίας 92/85/ΕΟΚ)

Οι συνθήκες εργασίες μπορεί να έχουν σημαντικές επιδράσεις στην υγεία, στην ασφάλεια και στην ευεξία των εγκύων και λεχώνων εργαζομένων. Ορισμένες φορές το είδος του κινδύνου θα καθορίζεται από τη σχέση μεταξύ των διαφόρων παραγόντων, και όχι μόνον από έναν παράγοντα.

Δεδομένου ότι η εγκυμοσύνη είναι μια δυναμική κατάσταση με συνεχείς αλλαγές και εξελίξεις, οι ίδιες εργασιακές συνθήκες μπορεί να θέσουν διαφορετικά προβλήματα υγείας και ασφάλειας σε διαφορετικές γυναίκες στα διάφορα στάδια της εγκυμοσύνης, όπως και κατά την επάνοδο στην εργασία μετά τον τοκετό ή κατά τη γαλουχία. Ορισμένα από τα προβλήματα αυτά είναι προβλεπτά και ισχύουν ως γενικός κανόνας (όπως αυτά που παρατίθενται παρακάτω). Άλλα πάλι θα εξαρτώνται από τις ατομικές συνθήκες και το προσωπικό ιατρικό ιστορικό.

Κατάλογος παραγόντων/συνθηκών εργασίας	**Ποιος είναι ο κίνδυνος;**	**Πώς μπορεί να αντιμετωπισθεί ο κίνδυνος** **Παραδείγματα μέτρων πρόληψης**[2]	**Ευρωπαϊκή νομοθεσία εκτός της οδηγίας 92/85/ΕΟΚ**
ΦΥΣΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ - όταν θεωρείται ότι προκαλούν εμβρυϊκές βλάβες και/ή πιθανή αποκόλληση του πλακούντα, και ιδίως			
Κρούσεις, δονήσεις ή κινήσεις	Η τακτική έκθεση σε κρούσεις, π.χ. αιφνίδιο και ισχυρό κτύπημα του σώματος, ή σε δονήσεις χαμηλής συχνότητας, π.χ. οδήγηση ή επιβίβαση σε οχήματα ανώμαλου εδάφους, ή υπερβολικές κινήσεις μπορεί να αυξήσουν τον κίνδυνο αποβολής. Η μακροχρόνια έκθεση σε δονήσεις ολόκληρου του σώματος μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο πρόωρου τοκετού ή νεογνού χαμηλού βάρους. Οι γαλουχούσες εργαζόμενες δεν διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο από τους άλλους εργαζομένους.	Η εργασία θα πρέπει να οργανωθεί κατά τρόπο ώστε οι έγκυοι και οι λεχώνες εργαζόμενες να μην εκτίθενται σε εργασίες που συνεπάγονται κινδύνους προκαλούμενους από δυσάρεστους δονήσεις ολόκληρου του σώματος, ιδίως χαμηλών συχνοτήτων, μικροτραυματισμούς ή εργασίες κατά τις οποίες η κοιλιακή χώρα εκτίθεται σε τραντάγματα ή σε δονήσεις.	Δεν υπάρχει ειδική νομοθεσία. Εφαρμόζεται η οδηγία πλαίσιο 89/391/ΕΟΚ.

[2] Τα παραδείγματα που περιλαμβάνονται στη στήλη αυτή δίνονται ενδεικτικά για καθένα από τους αναφερομένους κινδύνους υφίστανται άλλα μέτρα πρόληψης. Εναπόκειται σε καθεμία επιχείρηση να επιλέξει τα μέτρα που είναι καλύτερα προσαρμοσμένα στην περίπτωσή της τηρώντας πάντα τις υποχρεώσεις που επιβάλλει η κοινοτική και εθνική νομοθεσία σχετικά.

Θόρυβος	Η παρατεταμένη έκθεση σε δυνατό θόρυβο μπορεί να οδηγήσει σε αύξηση της πίεσης του αίματος και σε κόπωση. Από τα πειράματα προκύπτει ότι η παρατεταμένη έκθεση του αγέννητου παιδιού σε δυνατό θόρυβο κατά την εγκυμοσύνη μπορεί να έχει επίδραση αργότερα στην ακοή του παιδιού και ότι οι χαμηλές συχνότητες είναι πιο επικίνδυνες να προξενήσουν βλάβη. Οι γυναίκες που διανύουν περίοδο λοχείας ή γαλουχίας δεν αντιμετωπίζουν ιδιαίτερα προβλήματα.	Εφαρμόζονται οι εθνικές διατάξεις εφαρμογής της οδηγίας 86/188/ΕΟΚ του Συμβουλίου. Ο εργοδότης θα πρέπει να εξασφαλίσει ότι οι εργαζόμενες που είναι έγκυοι, λεχώνες ή γαλουχούσες δεν εκτίθενται σε επίπεδα θορύβου που υπερβαίνουν τα εθνικά όρια έκθεσης βάσει της οδηγίας 86/188/ΕΟΚ. Θα πρέπει να αναγνωριστεί ότι η χρήση Ατομικού Προστατευτικού Εξοπλισμού από τη μητέρα δεν προστατεύει το αγέννητο παιδί από τους φυσικούς κινδύνους	Οδηγία 86/188/ΕΟΚ του Συμβουλίου (έκθεση σε θόρυβο κατά την εργασία)
Ιονίζουσα ακτινοβολία	Η έκθεση σε ιονίζουσα ακτινοβολία συνεπάγεται κινδύνους για το αγέννητο παιδί· για το λόγο αυτό υπάρχουν ειδικές διατάξεις για να περιοριστεί η έκθεση των εγκύων και του αγέννητου παιδιού. Εάν μια μητέρα που θηλάζει εργάζεται με ραδιενεργά υγρά ή σκόνες, αυτά μπορεί να προκαλέσουν έκθεση του παιδιού, ιδίως μέσω της μόλυνσης του δέρματος της μητέρας. Επίσης, εάν μια μητέρα εισπνεύσει ή προσλάβει ποσότητες ραδιενεργού μόλυνσης, μεταφέρεται αυτή στο γάλα ή, διαμέσου του πλακούντα., στο αγέννητο παιδί .	Μόλις μια έγκυος γυναίκα ενημερώσει την επιχείρηση για την κατάστασή της, η προστασία του παιδιού που πρόκειται να γεννηθεί θα πρέπει να είναι ταυτόσημη με εκείνη που προβλέπεται για το γενικό κοινό. Οι συνθήκες για την έγκυο στο πλαίσιο της απασχόλησής της θα είναι, κατά συνέπεια τέτοιες ώστε η ισοδύναμη δόση για το αγέννητο παιδί να είναι όσο είναι εύλογα δυνατόν χαμηλή και να μην δύναται η δόση αυτή να υπερβεί το 1 mSv κατά τη διάρκεια τουλάχιστο της υπολειπόμενης περιόδου κυοφορίας. Η μέση ετήσια έκθεση επί 5 έτη για κάθε εργαζόμενο δεν πρέπει να υπερβαίνει τα 20 mSv ετησίως (και όχι >50mSv σε οιοδήποτε έτος). . Ο εργοδότης πρέπει να ενημερώνει τακτικά τις γυναίκες εργαζόμενες που εκτίθενται σε ιονίζουσες ακτινοβολίες ως προς την ανάγκη έγκαιρης γνωστοποίησης της εγκυμοσύνης, λόγω των κινδύνων έκθεσης του αγέννητου παιδιού και των κινδύνων μόλυνσης του νεογνού που θηλάζει, σε περίπτωση σωματικής ραδιενεργού μόλυνσης .	Οδηγία του Συμβουλίου 96/29/Ευρατόμ (προστασία της υγείας από κινδύνους εξ ιονιζουσών ακτινοβολιών) Οδηγία του Συμβουλίου 97/43/ Ευρατόμ (κίνδυνοι εξ ιονιζουσών ακτινοβολιών σε περιπτώσεις έκθεσης για ιατρικούς λόγους)

		Οι διαδικασίες της εργασίας πρέπει να σχεδιάζονται έτσι ώστε να προλαμβάνεται η έκθεση των εγκύων γυναικών σε ιονίζουσες ακτινοβολίες. Ειδική προσοχή πρέπει να δίνεται στην πιθανότητα ραδιενεργού μόλυνσης της γαλουχούσας μητέρας και οι εργαζόμενες αυτές δεν πρέπει να απασχολούνται σε εργασίες που υπάρχει υψηλός τέτοιος κίνδυνος.	
Η πολιτική ακτινοπροστασίας για όλους τους εργαζομένους, συμπεριλαμβανομένων των εγκύων και των γαλουχουσών μητέρων αναθεωρήθηκε πρόσφατα με βάση τις αναθεωρημένες συστάσεις της Διεθνούς Επιτροπής Ακτινοπροστασίας και παράλληλα τροποποιήθηκαν τα όρια δόσης.			
Μη ιονίζουσα ηλεκτρομαγνητική ακτινοβολία	***Δεν μπορεί να αποκλειστεί οι ηλεκτρομαγνητικές επιδράσεις, περιλαμβανομένων εκείνων που σχετίζονται με την εργασία σε θεραπευτική αγωγή δια βραχέων κυμάτων, τη συγκόλληση πλαστικών και την αφαίρεση κολλητικών ουσιών, να οδηγούν σε αυξημένο κίνδυνο για το αγέννητο παιδί***	Ενδείκνυται η ελαχιστοποίηση της έκθεσης μέσω μέτρων υγείας και ασφάλειας	Εφαρμόζεται η οδηγία πλαίσιο 89/391/ΕΟΚ.
Υπερβολικό ψύχος ή ζέστη	Κατά την εγκυμοσύνη, οι γυναίκες ανέχονται λιγότερο τη ζέστη και μπορεί να έχουν περισσότερες λιποθυμικές τάσεις ή να είναι πιο ευάλωτες στο στρες λόγω ζέστης. Ο κίνδυνος μειώνεται πιθανώς μετά τον τοκετό, αλλά δεν μπορεί να αναφερθεί με βεβαιότητα η ταχύτητα της βελτίωσης. Η έκθεση στη ζέστη μπορεί να έχει δυσμενείς επιδράσεις στην εγκυμοσύνη. Η αφυδάτωση λόγω ζέστης μπορεί να έχει επιπτώσεις στη γαλουχία. Η εργασία σε συνθήκες υπερβολικού ψύχους δύναται να αποτελεί κίνδυνο για την έγκυο και το αγέννητο παιδί της. Θα πρέπει να παρέχεται ζεστός ρουχισμός. Οι κίνδυνοι είναι αυξημένοι ειδικά όταν συμβαίνουν απότομες αλλαγές θερμοκρασίας.	Οι έγκυοι δεν πρέπει να εκτίθενται για παρατεταμένες περιόδους σε υπερβολική ζέστη ή κρύο στο χώρο εργασίας.	

Εργασία σε υπερβαρική ατμόσφαιρα π.χ. σε χώρους υπό πίεση και υποβρύχιες καταδύσεις	***Ατμόσφαιρα υπό πίεση:*** Τα άτομα που εργάζονται σε ατμόσφαιρα υπό πίεση διατρέχουν τον κίνδυνο να αναπτύξουν τη νόσο των δυτών. Αυτό οφείλεται στις ελεύθερες φυσαλίδες αερίου στην κυκλοφορία. Δεν είναι σαφές εάν οι έγκυοι διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να αναπτύξουν τη νόσο των δυτών, αλλά δυνητικά το αγέννητο παιδί θα μπορούσε να υποστεί σοβαρή βλάβη από αυτές τις φυσαλίδες αερίου. Για τις λεχώνες, ο κίνδυνος ανάπτυξης της νόσου των δυτών είναι λίγο μεγαλύτερος. Δεν υφίστανται ιατρικοί λόγοι για τους οποίους δεν θα έπρεπε οι γαλουχούσες μητέρες να μην εργάζονται υπό συνθήκες υψηλής πίεσης (αν και θα υπήρχαν προφανείς πρακτικές δυσχέρειες) ***Κατάδυση:*** Συνιστάται στις έγκυες γυναίκες να απέχουν κάθε κατάδυσης κατά τη διάρκεια της κύησης, λόγω των αποτελεσμάτων έκθεσης σε υπερβαρικό περιβάλλον επί του αγέννητου παιδιού. Δεν υπάρχουν ενδείξεις ότι η γαλουχία και η κατάδυση είναι ασυμβίβαστες .	Οι έγκυοι δεν πρέπει να εργάζονται σε περιβάλλον πεπιεσμένου αέρα. Από τις εγκύους δεν θα πρέπει να ζητείται να καταδύονται. Ο εργοδότης θα πρέπει να εξασφαλίζει ότι οι εργαζόμενες που είναι έγκυες είναι ενήμερες του ότι η εγκυμοσύνη μπορεί να αποτελεί ιατρικό λόγο για αποφυγή της κατάδυσης και επίσης αυτές θα πρέπει να ενημερώνουν τον εργοδότη εάν υπάρχει οιοσδήποτε ιατρικός λόγος για τον οποίο δεν θα έπρεπε να καταδύονται. Έτσι ο εργοδότης μπορεί να λάβει τα κατάλληλα μέτρα.	Εφαρμόζεται η οδηγία πλαίσιο 89/391/ΕΟΚ.

ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ

Οδηγία 90/679/ΕΟΚ (βιολογικοί παράγοντες κατά την εργασία)και οι τροποποιήσεις της:

1. Βιολογικός παράγοντας της ομάδας 1 είναι ένας παράγοντας που είναι απίθανο να προκαλέσει ασθένεια στον άνθρωπο.
2. Βιολογικός παράγοντας της ομάδας 2 είναι ένας παράγοντας που μπορεί να προκαλέσει ασθένεια στον άνθρωπο, συνιστά κίνδυνο για τους εργαζομένους, ενώ δεν υπάρχει πιθανότητα να εξαπλωθεί στο κοινωνικό σύνολο. Γενικώς υπάρχει αποτελεσματική προληπτική και θεραπευτική αγωγή.
3. Βιολογικός παράγοντας της ομάδας 3 είναι ένας παράγοντας που μπορεί να προκαλέσει σοβαρή ασθένεια στον άνθρωπο και συνιστά σοβαρό κίνδυνο για τους εργαζομένους· ενδέχεται να υπάρχει κίνδυνος να διαδοθεί στο κοινωνικό σύνολο, αλλά γενικώς υπάρχει αποτελεσματική προληπτική και θεραπευτική αγωγή.
4. Βιολογικός παράγοντας της ομάδας 4 είναι ένας παράγοντας που προκαλεί σοβαρή ασθένεια στον άνθρωπο και συνιστά σοβαρό κίνδυνο για τους εργαζομένους· ενδέχεται να παρουσιάζει υψηλό κίνδυνο διάδοσης στο κοινωνικό σύνολο, και συνήθως δεν υπάρχει αποτελεσματική προληπτική και θεραπευτική αγωγή."

Κατάλογος παραγόντων/συνθηκών εργασίας	**Ποιος είναι ο κίνδυνος;**	**Πώς μπορεί να αντιμετωπιστεί ο κίνδυνος** **Παραδείγματα μέτρων πρόληψης**[2]	**Ευρωπαϊκή νομοθεσία εκτός της οδηγίας 92/85/ΕΟΚ**
Κάθε βιολογικός παράγοντας των ομάδων κινδύνου 2, 3 και 4 (βλ. παραπάνω)	Πολλοί βιολογικοί παράγοντες των τριών ομάδων κινδύνου μπορεί να έχουν επίδραση στο έμβρυο, εάν μολυνθεί η μητέρα κατά την εγκυμοσύνη. Οι παράγοντες αυτοί μπορεί να μεταδοθούν στο έμβρυο μέσω του πλακούντα, ή στο παιδί κατά τη διάρκεια του τοκετού, ή και μετά από αυτόν, π.χ. μέσω του θηλασμού ή της στενής σωματικής επαφής μητέρας και παιδιού. Παραδείγματα παραγόντων από τους οποίους μπορεί να μολυνθεί το παιδί με κάποιον από τους παραπάνω τρόπους είναι η ηπατίτιδα Β, η ηπατίτιδα C, ο HIV (ο ιός του AIDS), ο έρπης, η φυματίωση, η σύφιλη, η ανεμοβλογιά και ο τυφοειδής πυρετός. Για τις περισσότερες εργαζόμενες, ο κίνδυνος λοίμωξης δεν είναι μεγαλύτερος κατά την εργασία απ' ό,τι στο πλαίσιο της ζωής στην κοινωνία. Σε ορισμένα επαγγέλματα όμως η έκθεση σε λοιμώξεις είναι πιθανότερη, π.χ. εργαστήρια, ιατροφαρμακευτική περίθαλψη, φροντίδα ζώων και εργασία με ζωικά προϊόντα ή στον τομέα της παρασκευής τροφίμων, της διαχείρισης και ανακύκλωσης αποβλήτων, της καθαριότητας, της γεωργίας και των σχολείων.	Εξαρτάται από την εκτίμηση του κινδύνου, η οποία πρέπει να λάβει υπόψη τη φύση του βιολογικού παράγοντα, τον τρόπο διασποράς της λοίμωξης, την πιθανότητα επαφής και τα υπάρχοντα μέτρα περιορισμού. Τα μέτρα αυτά μπορεί να περιλαμβάνουν το σωματικό περιορισμό και τα συνήθη μέτρα υγιεινής. Η χρήση των διαθέσιμων εμβολίων θα πρέπει να συνιστάται λαμβάνοντας υπόψη τις αντενδείξεις σχετικά με τη χορήγηση ορισμένων εξ αυτών σε εγκύους στην αρχική περίοδο της κύησης. Εάν υπάρχει γνωστός υψηλός κίνδυνος έκθεσης σε ισχυρά λοιμογόνους παράγοντες, σωστό θα είναι να αποφεύγεται η οποιαδήποτε έκθεση της εγκύου εργαζομένης. Ο εργοδότης οφείλει να εξασφαλίζει την πληθυσμιακή εξέταση ως προς την ανοσία εκτεθειμένα σε κίνδυνο επαγγέλματα (ανεμοβλογιά, τοξόπλασμα και κοκκοϊός) καθώς και την αλλαγή καθηκόντων ή προσωρινή άδεια στη διάρκεια επιδημιών, σε περίπτωση οροθετικού ατόμου.	Βλ. παραπάνω.

[2] Τα παραδείγματα που περιλαμβάνονται στη στήλη αυτή δίνονται ενδεικτικά.Για καθένα από τους αναφερομένους κινδύνους υφίστανται άλλα μέτρα πρόληψης.Εναπόκειται σε καθεμία επιχείρηση να επιλέξει τα μέτρα που είναι καλύτερα προσαρμοσμένα στην περίπτωσή της, τηρώντας πάντα τις υποχρεώσεις που επιβάλλει η κοινοτική και εθνική νομοθεσία σχετικά.

Βιολογικοί παράγοντες που είναι γνωστό ότι προκαλούν αποβολή του εμβρύου ή σωματική και νευρολογική βλάβη. Οι παράγοντες αυτοί κατατάσσονται στις ομάδες κινδύνου 2, 3 και 4.	Η ερυθρά και η τοξοπλάσμωση μπορούν να βλάψουν το έμβρυο, όπως και ορισμένοι άλλοι βιολογικοί παράγοντες, π.χ. ο κυτταρομεγαλοϊός (συχνή λοίμωξη στο κοινωνικό σύνολο) και οι χλαμυδιακές λοιμώξεις των προβάτων. .	Βλ. παραπάνω. Η έκθεση σε αυτούς τους βιολογικούς παράγοντες θα πρέπει να αποφεύγεται εκτός αν η έγκυος γυναίκα προστατεύεται από την κατάσταση ανοσίας της.	Βλ. παραπάνω.

ΧΗΜΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ Οι χημικοί παράγοντες μπορούν να εισέλθουν στο σώμα μέσω διαφόρων οδών: εισπνοή, κατάποση, διαδερμική διείσδυση, δερματική απορρόφηση. Εφιστάται η προσοχή στους παρακάτω χημικούς παράγοντες, στο βαθμό που είναι γνωστό ότι αποτελούν κίνδυνο για την υγεία της εγκύου και του αγέννητου παιδιού:			
Κατάλογος παραγόντων/συνθηκών εργασίας	**Ποιος είναι ο κίνδυνος;**	**Πώς μπορεί να αντιμετωπισθεί ο κίνδυνος Παραδείγματα μέτρων πρόληψης[2]**	**Ευρωπαϊκή νομοθεσία εκτός της οδηγίας 92/85/ΕΟΚ**
Ουσίες που έχουν επισημανθεί με τις φράσεις *κινδύνου R40, R45, R46, R61, R63 και R64*	Οι ουσίες που περιλαμβάνονται στο παράρτημα Ι της οδηγίας 67/548/ΕΟΚ και επισημαίνονται με τις φράσεις κινδύνου: R40: πιθανοί κίνδυνοι μόνιμων επιδράσεων R45: μπορεί να προκαλέσει καρκίνο R46: μπορεί να προκαλέσει κληρονομικές γενετικές βλάβες R49: μπορεί να προκαλέσει καρκίνο δια εισπνοής R61: μπορεί να βλάψει το αγέννητο παιδί κατά τη διάρκεια της κύησης R63: πιθανός κίνδυνος δυσμενών επιδράσεων στο αγέννητο παιδί κατά τη διάρκεια της κύησης R64: μπορεί να βλάψει τα βρέφη που τρέφονται με μητρικό γάλα. Ο πραγματικός κίνδυνος που περικλείουν αυτές οι ουσίες για την υγεία μπορεί να προσδιοριστεί μόνον ύστερα από εκτίμηση του κινδύνου που αντιπροσωπεύει η συγκεκριμένη ουσία που υπάρχει στο χώρο εργασίας - δηλαδή, παρ' όλο που οι ουσίες που περιλαμβάνονται στον κατάλογο μπορεί να είναι σε θέση να απειλήσουν την υγεία και την ασφάλεια, στην πράξη μπορεί να μην υπάρχει κανένας κίνδυνος, π.χ. εάν το επίπεδο έκθεσης είναι χαμηλότερο από αυτό που μπορεί να προκαλέσει βλάβη.	Όσον αφορά τις εργασίες με επικίνδυνες ουσίες, όπου περιλαμβάνονται και οι χημικές ουσίες που μπορούν να προκαλέσουν κληρονομική γενετική βλάβη, οι εργοδότες είναι υποχρεωμένοι να εκτιμούν τους κινδύνους που προκύπτουν από τις εργασίες αυτές για την υγεία των εργαζομένων, και όπου χρειάζεται να λαμβάνουν τα κατάλληλα μέτρα πρόληψης και ελέγχου αυτών των κινδύνων. Κατά την εκτέλεση της εκτίμησης, οι εργοδότες πρέπει να λαμβάνουν υπόψη τις εγκύους ή τις λεχώνες εργαζόμενες. Η πρόληψη της έκθεσης πρέπει να αποτελεί την ύψιστη προτεραιότητα. Όταν δεν ενδείκνυται η πρόληψη του κινδύνου, ο έλεγχος της έκθεσης μπορεί να συνίσταται σε συνδυασμό μηχανικών ελέγχων, ορθού σχεδιασμού της εργασίας, πρέπουσας καθαριότητας και τάξης των χώρων εργασίας και χρήσης εξοπλισμού ατομικής προστασίας (ΕΑΠ). Ο ΕΑΠ πρέπει να χρησιμοποιείται αποκλειστικά για σκοπούς ελέγχου του κινδύνου, σε περίπτωση αποτυχίας άλλων μεθόδων να εξασφαλίσουν επαρκή έλεγχο. Μπορεί επίσης να χρησιμοποιείται ως δευτερεύουσα προστασία σε συνδυασμό με άλλες μεθόδους.	Οδηγία 98/24/ΕΚ του Συμβουλίου (κίνδυνοι που συνδέονται με χημικούς παράγοντες στο χώρο εργασίας). Οδηγία 90/394/ΕΟΚ του Συμβουλίου (καρκινογόνοι παράγοντες στην εργασία) Οδηγία 67/548/ΕΟΚ (ταξινόμηση, συσκευασία και επισήμανση επικινδύνων ουσιών) και οι τροποποιήσεις της. Οδηγίες 91/155/ΕΟΚ όπως τροποποιήθηκε από την οδηγία 93/112/ΕΟΚ περί θέσπισης συστήματος δελτίων στοιχείων ασφάλειας Οδηγίες 91/155/ΕΟΚ και 93/112/ΕΟΚ περί θέσπισης συστήματος δελτίων στοιχείων ασφάλειας

[2] Τα παραδείγματα που περιλαμβάνονται στη στήλη αυτή δίνονται ενδεικτικά.Για καθένα από τους αναφερομένους κινδύνους υφίστανται άλλα μέτρα πρόληψης.Εναπόκειται σε καθεμία επιχείρηση να επιλέξει τα μέτρα που είναι καλύτερα προσαρμοσμένα στην περίπτωσή της, τηρώντας πάντα τις υποχρεώσεις που επιβάλλει η κοινοτική και εθνική νομοθεσία σχετικά.

	Οι βιομηχανίες που χρησιμοποιούν χημικές ουσίες πρέπει να ανατρέχουν στο έγγραφο "Κανόνες για την προστασία της υγείας των εγκύων κατά την εργασία" που έχει εκδώσει το Ευρωπαϊκό Συμβούλιο Χημικών Βιομηχανιών[1]. Το έγγραφο αυτό δίνει ιδιαίτερη προσοχή στους κινδύνους που περικλείουν οι χημικές ουσίες και στην καθοδήγηση για την εκτίμηση των κινδύνων.		
Σκευάσματα που επισημαίνονται με βάση την οδηγία 83/379/ΕΟΚ ή 1999/45/ΕΚ	Ένα σκεύασμα που περιέχει μια ουσία σε μεγαλύτερη από την καθορισμένη συγκέντρωση και επισημαίνεται με μία από τις φράσεις κινδύνου R40, R45, R46, R49, R61, R63 και R64 πρέπει να αναμένεται ότι περικλείει παρόμοιους κινδύνους. Ο συνετός εργοδότης πρέπει να εφαρμόσει τις αρχές εκτίμησης που ενδείκνυνται για ουσίες παρασκευάσματος που φέρει αντίστοιχη επισήμανση, εφόσον υπάρχουν στο χώρο εργασίας.	Πρέπει να εκτιμηθούν τα επικίνδυνα σκευάσματα και να ληφθούν μέτρα για τη διαχείριση των κινδύνων με την ίδια μέθοδο που εφαρμόστηκε για τις επικίνδυνες ουσίες	Οδηγία 88/379/ΕΟΚ ή 1999/45/ΕΚ (ταξινόμηση, συσκευασία και επισήμανση επικινδύνων ουσιών)όπως τροποποιήθηκε ή προσαρμόστηκε.
Υδράργυρος και υδραργυρικά παράγωγα.	Οι οργανικές ενώσεις υδραργύρου μπορεί να έχουν δυσμενείς επιδράσεις στο αγέννητο παιδί. Μελέτες σε ζώα και παρατηρήσεις στον άνθρωπο καταδεικνύουν ότι η έκθεση σε αυτές τις ενώσεις υδραργύρου κατά την εγκυμοσύνη μπορεί να επιβραδύνει την ανάπτυξη του αγέννητου παιδιού, να διαταράξει την ανάπτυξη του νευρικού συστήματος και να προκαλέσει δηλητηρίαση στη μητέρα. Ο οργανικός υδράργυρος μεταφέρεται από το αίμα στο γάλα. Αυτό δύναται να αποτελέσει κίνδυνο για το βρέφος, αν η μητέρα εξετέθη σε μεγάλο βαθμό πριν και μετά την εγκυμοσύνη.	Η πρόληψη της έκθεσης πρέπει να αποτελεί την ύψιστη προτεραιότητα. Όταν δεν ενδείκνυται η πρόληψη του κινδύνου, ο έλεγχος της έκθεσης μπορεί να συνίσταται σε συνδυασμό μηχανικών ελέγχων, ορθού σχεδιασμού της εργασίας, πρέπουσας καθαριότητας και τάξης των χώρων εργασίας και χρήσης εξοπλισμού ατομικής προστασίας (ΕΑΠ). Ο ΕΑΠ πρέπει να χρησιμοποιείται αποκλειστικά για σκοπούς ελέγχου του κινδύνου, σε περίπτωση αποτυχίας άλλων μεθόδων να εξασφαλίσουν επαρκή έλεγχο. Μπορεί επίσης να χρησιμοποιείται ως δευτερεύουσα προστασία σε συνδυασμό με άλλες μεθόδους. Αν είναι δυνατόν θα πρέπει να γίνεται υποκατάσταση των επιβλαβών παραγόντων με άλλους.	Οδηγία 80/1107/ΕΟΚ του Συμβουλίου (χημικοί ,φυσικοί και βιολογικοί παράγοντες κατά την εργασία), η οποία θα καταργηθεί κατά τη μεταφορά από τα κράτη μέλη της οδηγίας 98/24/ΕΚ (πριν από τις 5 Μαΐου 2001)

[1] Διατίθεται από το ΕΣΧΒ, Ευρωπαϊκό Συμβούλιο Χημικών Βιομηχανιών.

Αντιμιτωτικά (κυτταροτοξικά) φάρμακα	Μακροπρόθεσμα, τα φάρμακα αυτά μπορούν να προκαλέσουν βλάβη στις γενετικές πληροφορίες του σπέρματος και των ωαρίων. Ορισμένα μπορούν να προκαλέσουν καρκίνο. Η απορρόφηση γίνεται δια της εισπνοής ή του δέρματος. Η εκτίμηση του κινδύνου πρέπει να εξετάζει κατά πρώτο λόγο την παρασκευή του φαρμάκου που θα χρησιμοποιηθεί (φαρμακοποιοί, νοσοκόμες), τη χορήγηση του φαρμάκου και την αποκομιδή των αποβλήτων (χημικών και ανθρώπινων).	Δεν υπάρχει γνωστό κατώτατο όριο, και η έκθεση πρέπει να αποφεύγεται ή να μειώνεται. Οι γυναίκες που προσπαθούν να συλλάβουν ή είναι έγκυοι ή γαλουχούν πρέπει να ενημερώνονται πλήρως σχετικά με τους κινδύνους για την αναπαραγωγή. Κατά την παρασκευή φαρμακευτικών διαλυμάτων η έκθεση θα πρέπει να ελαχιστοποιείται με τη χρήση προστατευτικής ένδυσης (γάντια, ποδιά, προσωπίδα) και εξοπλισμού(κάλυμμα κεφαλής) και ορθών εργασιακών πρακτικών. Μια έγκυος εργαζόμενη που παρασκευάζει φαρμακευτικά διαλύματα κατά των νεοπλασιών θα πρέπει να μεταφερθεί σε άλλο τομέα.	Οδηγία 90/394/ΕΟΚ του Συμβουλίου(καρκινογόνοι παράγοντες κατά την εργασία)
Χημικοί παράγοντες γνωστής και επικίνδυνης διαδερμικής απορρόφησης (δηλ. που μπορούν να απορροφηθούν μέσω του δέρματος). Εδώ περιλαμβάνονται ορισμένα φυτοφάρμακα.	Ορισμένοι χημικοί παράγοντες μπορούν επίσης να διαπεράσουν το ανέπαφο δέρμα και να απορροφηθούν στον οργανισμό, προκαλώντας συμπτώματα ασθένειας. Οι ουσίες αυτές επισημαίνονται με ιδιαίτερο τρόπο στους καταλόγους που περιέχουν οι σχετικές οδηγίες. Όπως και με όλες τις ουσίες, οι κίνδυνοι θα εξαρτηθούν από τον τρόπο χρήσης της ουσίας καθώς και από τις επικίνδυνες ιδιότητές της. Η απορρόφηση δια του δέρματος μπορεί να προκληθεί από τοπική μόλυνση, π.χ. εάν διαβρέξει το δέρμα ή τα ρούχα, ή, σε ορισμένες περιπτώσεις, από έκθεση σε ατμόσφαιρα με υψηλή συγκέντρωση ατμών αυτών των ουσιών. Σε περίπτωση εργαζομένων στη γεωργία, η εκτίμηση των κινδύνων πρέπει να λαμβάνει υπόψη ότι υπάρχει υπολειπόμενος κίνδυνος μόλυνσης από, π.χ., φυτοφάρμακα που χρησιμοποιήθηκαν σε προηγούμενο στάδιο.	Η πρόληψη της έκθεσης θα πρέπει να αποτελεί την πρώτη προτεραιότητα. Πρέπει να λαμβάνονται ειδικές προφυλάξεις για την αποφυγή της επαφής με το δέρμα. Οποτεδήποτε δυνατό, πρέπει να προτιμώνται μηχανικές μέθοδοι για τον έλεγχο της έκθεσης έναντι του εξοπλισμού ατομικής προστασίας, όπως γάντια, στολές ή μάσκες προσώπου. Π.χ. η διαδικασία πρέπει να εκτελείται σε περιορισμένο χώρο ή να επανασχεδιάζεται, ώστε να παράγεται μικρότερη ποσότητα αερολύματος. Όταν ένας εργοδότης είναι υποχρεωμένος να χρησιμοποιήσει εξοπλισμό ατομικής προστασίας (αποκλειστικά ή σε συνδυασμό με μηχανικές μεθόδους), πρέπει να εξασφαλίζεται η καταλληλότητά του.	Οδηγίες 91/322/ΕΟΚ και 96/94/ΕΚ της Επιτροπής(ενδεικτικές οριακές τιμές για χημικούς παράγοντες κατά την εργασία)

Μονοξείδιο του άνθρακα	Το μονοξείδιο του άνθρακα παράγεται κατά τη χρήση πετρελαίου, ντίζελ και υγραερίου ως πηγών ενέργειας σε μηχανικές και οικιακές συσκευές. Οι κίνδυνοι προκύπτουν όταν οι μηχανές ή συσκευές ανοίγονται σε κλειστούς χώρους. Οι έγκυοι ενδέχεται να έχουν αυξημένη ευαισθησία στις επιπτώσεις της έκθεσης στο μονοξείδιο του άνθρακα. Το μονοξείδιο του άνθρακα διαπερνά με ευκολία τον πλακούντα και μπορεί να στερήσει το οξυγόνο από το έμβρυο. Τα στοιχεία σχετικά με τα αποτελέσματα της έκθεσης εγκύων σε μονοξείδιο του άνθρακα είναι περιορισμένα, αλλά υπάρχουν ενδείξεις ότι έχει δυσμενείς επιδράσεις στο έμβρυο. Τόσο το επίπεδο όσο και η διάρκεια της έκθεσης της μητέρας αποτελούν σημαντικούς παράγοντες για τα αποτελέσματα στο έμβρυο. Δεν υπάρχει καμιά ένδειξη ότι τα βρέφη που θηλάζουν υφίστανται δυσμενείς επιδράσεις λόγω της έκθεσης της μητέρας τους σε μονοξείδιο του άνθρακα, ούτε ότι η μητέρα είναι πολύ πιο ευαίσθητη στο μονοξείδιο του άνθρακα μετά τον τοκετό. Δεδομένου του τεράστιου κινδύνου που περικλείει η έκθεση σε υψηλά επίπεδα CO, επιβάλλεται η εκτίμηση των κινδύνων και η πρόληψη της υψηλής έκθεσης για όλους τους εργαζομένους. Η εκτίμηση των κινδύνων μπορεί να περιπλακεί από το ενεργό ή παθητικό κάπνισμα και/ή την ατμοσφαιρική ρύπανση. Εάν εξαιτίας αυτών των πηγών σχηματίζεται περισσότερη COHb απ' ό,τι εξαιτίας της επαγγελματικής έκθεσης, το επίπεδο του κινδύνου πρέπει να καθορίζεται με βάση αυτές τις εξωτερικές πηγές, δεδομένου ότι η επίδραση στη COHb δεν είναι αθροιστική. Ωστόσο, η προσεκτική τεκμηρίωση αυτών των "εξωτερικών" πηγών μπορεί να είναι απαραίτητη προς αποφυγή νομικών ευθυνών και διαφορών.	Το καλύτερο προληπτικό μέτρο είναι η εξάλειψη του κινδύνου με την τροποποίηση της διεργασίας ή την αλλαγή του εξοπλισμού. Όταν αντενδείκνυται η πρόληψη, πρέπει να εξετάζεται ο έλεγχος με μηχανικά μέσα, σε συνδυασμό με τις ορθές πρακτικές εργασίας και τον εξοπλισμό ατομικής προστασίας. Η χρόνια έκθεση γυναικών εργαζομένων πρέπει να αποφεύγεται.Ακόμη και η σποραδική έκθεση στο CO θα μπορούσε να είναι δυνητικά επιβλαβής Οι έγκυοι θα πρέπει να είναι ενημερωμένες ως προς τους κινδύνους έκθεσης στο μονοξείδιο του άνθρακα κατά τη διάρκεια του καπνίσματος.	

Μόλυβδος και παράγωγα μολύβδου - εφόσον οι παράγοντες αυτοί *μπορούν* να απορροφηθούν από τον ανθρώπινο οργανισμό.	Ιστορικά, η έκθεση εγκύων σε μόλυβδο συνδέεται με αποβολές και αποβολές, δεν υπάρχει όμως καμιά ένδειξη ότι αυτό ισχύει με τα τρέχοντα αποδεκτά επίπεδα έκθεσης. Υπάρχουν ισχυρές ενδείξεις ότι η έκθεση σε μόλυβδο, τόσο του εμβρύου όσο και του νεογνού, οδηγεί σε αναπτυξιακά προβλήματα, ιδίως του νευρικού συστήματος και των αιμοποιητικών οργάνων. Οι γυναίκες, τα νεογνά και τα μικρά παιδιά είναι πιο ευαίσθητα στο μόλυβδο από τους ενήλικους άνδρες. **Ενδείξεις των ασφαλών επιπέδων** Η έκθεση στο μόλυβδο δεν μπορεί να μετρηθεί με ασφάλεια με βάση τα επίπεδα έκθεσης στο μόλυβδο της ατμόσφαιρας, εξαιτίας των διαφόρων οδών πρόσληψης. Η βιολογική παρακολούθηση των τιμών μολύβδου στο αίμα (PbB) και η παρακολούθηση των βιολογικών παραμέτρων (π.χ. δοκιμασία πρωτοπορφυρίνης ψευδαργύρου και προσδιορισμός των επιπέδων δ-αμινολεβουλινικού οξέος στο αίμα ή στα ούρα) αποτελούν τους καλύτερους δείκτες έκθεσης. Ο μόλυβδος μεταφέρεται από το αίμα στο γάλα, πράγμα που δύναται να αποτελεί κίνδυνο για το βρέφος, αν η γυναίκα έχει εκτεθεί σε υψηλό βαθμό πριν και κατά την εγκυμοσύνη. **Εκτίμηση του κινδύνου** Δυνάμει του άρθρου 6 της οδηγίας οι έγκυοι και οι γαλουχούσες γυναίκες απαγορεύεται να εκτίθενται στο μόλυβδο, εφόσον η έκθεση αυτή μπορεί να θέσει σε κίνδυνο την ασφάλεια ή την υγεία τους. Η εκτίμηση του κινδύνου πρέπει να βασιστεί στο ιστορικό καταγραφής των τιμών μολύβδου στο αίμα ή παρόμοιων παραμέτρων του ατόμου και της ομάδας εργασίας και όχι στην παρακολούθηση του ατμοσφαιρικού αέρα. Όταν οι τιμές αυτές βρίσκονται μέσα στο φάσμα τιμών των μη εκτιθέμενων ατόμων, μπορεί να θεωρηθεί ότι η υγεία δεν διατρέχει κίνδυνο. Ωστόσο, τα επίπεδα μολύβδου στο αίμα και άλλοι βιολογικοί δείκτες της έκθεσης μπορεί να μεταβάλλονται με την πάροδο του χρόνου χωρίς να υπάρχει εμφανής σχέση με έκθεση (σε ατμοσφαιρικό μόλυβδο). Έτσι, είναι πιθανό να μεταβληθεί ένας δείκτης παρακολούθησης χωρίς να έχει σημειωθεί αύξηση της έκθεσης. Αυτό πρέπει να ερμηνεύεται ως ένδειξη του ότι η υγεία διέτρεξε κίνδυνο.	Οι ανώτατες τιμές αιωρούμενου μολύβδου στο αίμα είναι χαμηλότερες για τις γυναίκες σε ηλικία τεκνοποίησης απ' ό,τι για τους άλλους εργαζομένους, για την προστασία της ανάπτυξης του αγέννητου παιδιού. Από τη στιγμή που επιβεβαιωθεί η εγκυμοσύνη, οι γυναίκες που είναι υπό ιατρική παρακολούθηση στο πλαίσιο της οδηγίας σχετικά με το μόλυβδο απαλλάσσονται κανονικά από κάθε εργασία που προκαλεί σημαντική έκθεσή τους σε μόλυβδο. Οι ευρωπαϊκές οριακές τιμές είναι υπό αναθεώρηση. Δεδομένου ότι η απομάκρυνση του μολύβδου από τον οργανισμό είναι ιδιαίτερα βραδεία, θα πρέπει οι γυναίκες οι ικανές για τεκνοποίηση να είναι ενημερωμένες ως προς αυτό. Ο εργοδότης οφείλει να εξασφαλίζει ότι η έκθεση σε μόλυβδο είναι μειωμένη και ότι οι γυναίκες έχουν τη δυνατότητα να εργαστούν αλλού μέχρις ότου γίνει η αναγκαία αυτή ρύθμιση.. Με βάση αυτά τα στοιχεία, η απαγόρευση της πρόσβασης των εγκύων και των γαλουχουσών γυναικών από όλες τις περιοχές που περιέχουν μόλυβδο μπορεί να αποτελεί τη μοναδική αποδεκτή επιλογή. Αυτό συνιστάται ιδίως σε περιπτώσεις έκθεσης σε οργανικές ενώσεις του μολύβδου.	Οδηγία 82/605/ΕΟΚ του Συμβουλίου (έκθεση σε μεταλλικό μόλυβδο κατά την εργασία), η οποία θα καταργηθεί κατά τη μεταφορά από τα κράτη μέλη της οδηγίας 98/24/ΕΚ (πριν από τις 5 Μαΐου 2001)

Χημικοί παράγοντες και βιομηχανικές μέθοδοι παραγωγής του παραρτήματος 1 της οδηγίας 90/394/ΕΟΚ	Οι βιομηχανικές μέθοδοι παραγωγής που περιλαμβάνονται στο παράρτημα 1 της οδηγίας 90/394/ΕΟΚ και στις οποίες γίνεται μνεία στο παράρτημα 1Β της οδηγίας 92/85/ΕΟΚ μπορεί να περικλείουν τον κίνδυνο καρκινογένεσης. Αν αυτές είναι καρκινογόνοι, θα πρέπει τούτο να δηλώνεται σαφώς. .	Η οδηγία 90/394/ΕΟΚ απαιτεί την εκτέλεση λεπτομερούς εκτίμησης των κινδύνων Να αποφεύγεται η έκθεση. Αν οι κίνδυνοι δεν μπορούν να εκτιμηθούν και να ελεγχθούν με συλλογικά μέτρα, θα πρέπει να γίνουν οι κατάλληλες ενέργειες για την ενημέρωση και κατάρτιση των εργαζομένων.	Οδηγία 90/394/ΕΟΚ του Συμβουλίου(οι καρκινογόνοι παράγοντες κατά την εργασία)

ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ			
Κατάλογος παραγόντων/συνθηκών εργασίας	**Ποιος είναι ο κίνδυνος;**	**Πώς μπορεί να αντιμετωπισθεί ο κίνδυνος** **Παραδείγματα μέτρων πρόληψης**[2]	**Ευρωπαϊκή νομοθεσία εκτός της οδηγίας 92/85/ΕΟΚ**
Χειρωνακτική διακίνηση *φορτίων*	Η χειρωνακτική διακίνηση βαρέων φορτίων θεωρείται ότι περικλείει κίνδυνο για την εγκυμοσύνη, π.χ. κίνδυνο τραυματισμού του εμβρύου και πρόωρου τοκετού. Ο κίνδυνος εξαρτάται από την ένταση της προσπάθειας, δηλαδή από το βάρος του φορτίου, τον τρόπο ανύψωσης και τη συχνότητα επανάληψης της κίνησης κατά το χρόνο εργασίας. Όσο προχωρεί η εγκυμοσύνη, τόσο μεγαλύτερος είναι ο κίνδυνος μιας εγκύου να τραυματιστεί λόγω της χειρωνακτικής διακίνησης φορτίων. Αυτό οφείλεται στην ορμονική χάλαση των συνδέσμων και στα προβλήματα στάσης του σώματος που προκαλεί η προχωρημένη κύηση. Μπορεί επίσης να υπάρχουν κίνδυνοι και για τις λεχώνες, π.χ. ύστερα από καισαρική τομή είναι πιθανό να υπάρχει προσωρινός περιορισμός της ικανότητας ανύψωσης και διακίνησης. Οι γαλουχούσες μητέρες μπορεί να αισθάνονται δυσάρεστα λόγω του αυξημένου μεγέθους και ευαισθησίας των μαστών.	Οι αλλαγές στις οποίες πρέπει να προβεί ένας εργοδότης θα εξαρτηθούν από τους κινδύνους που θα προσδιοριστούν κατά την εκτίμηση και από τις συνθήκες που επικρατούν στην επιχείρηση. Για παράδειγμα, είναι πιθανό να μεταβληθεί η φύση του καθήκοντος, ώστε να μειωθούν οι κίνδυνοι από τη χειρωνακτική διακίνηση φορτίων για όλους τους εργαζομένους, συμπεριλαμβανομένων των λεχώνων ή των εγκύων γυναικών. Ή μπορεί να χρειαστεί να αντιμετωπιστούν οι συγκεκριμένες ανάγκες της εργαζομένης και να μειωθεί η ποσότητα σωματικού έργου, ή να της παρασχεθούν μελλοντικά βοηθήματα ώστε να μειωθούν οι κίνδυνοι που διατρέχει.. Όταν υπάρχει κίνδυνος βλάβης, ιδίως της ράχης, η οδηγία 90/269/ΕΟΚ απαιτεί από τους εργοδότες: - να αποφεύγουν την ανάγκη για χειρωνακτική διακίνηση φορτίων· - να εκτιμούν τους κινδύνους, όταν η χειρωνακτική διακίνηση φορτίων δεν μπορεί να αποφευχθεί, και - να λαμβάνουν μέτρα για τη μείωση αυτών των κινδύνων στο χαμηλότερο δυνατό επίπεδο. -	Η οδηγία 90/269/ΕΟΚ σχετικά με τις ελάχιστες απαιτήσεις ασφάλειας και υγείας κατά τη χειρωνακτική διακίνηση φορτίων

[2] Τα παραδείγματα που περιλαμβάνονται στη στήλη αυτή δίνονται ενδεικτικά.Για καθένα από τους αναφερομένους κινδύνους υφίστανται άλλα μέτρα πρόληψης.Εναπόκειται σε καθεμία επιχείρηση να επιλέξει τα μέτρα που είναι καλύτερα προσαρμοσμένα στην περίπτωσή της, τηρώντας πάντα τις υποχρεώσεις που επιβάλλει η κοινοτική και εθνική νομοθεσία σχετικά.

Κινήσεις και στάσεις του σώματος·	Η φύση και το μέγεθος αυτών των κινδύνων τραυματισμού ή ασθένειας που προκύπτουν από κινήσεις ή στάσεις του σώματος κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και μετά από αυτήν θα εξαρτηθούν από διάφορους παράγοντες, στους οποίους συγκαταλέγονται: - η φύση, η διάρκεια και η συχνότητα των κινήσεων - ο ρυθμός, η ένταση και η ποικιλία της εργασίας - η κατανομή του χρόνου εργασίας και των διαλειμμάτων ανάπαυσης· - οι εργονομικοί παράγοντες και το γενικό εργασιακό περιβάλλον· - η καταλληλότητα και η ανάλογη διευθέτηση του χρησιμοποιούμενου εξοπλισμού εργασίας. Οι ορμονικές αλλαγές που υφίστανται οι έγκυοι ή οι λεχώνες μπορούν να επηρεάσουν τους συνδέσμους, κάνοντάς τες πιο ευάλωτες στους τραυματισμούς. Ένας τέτοιος τραυματισμός μπορεί να μην είναι εμφανής ακόμη και για ένα χρονικό διάστημα μετά τον τοκετό. Ιδιαίτερη μέριμνα απαιτείται για τις γυναίκες που μπορεί να διακινούν φορτία κατά τη διάρκεια των τριών πρώτων μηνών της επανόδου στην εργασία μετά τον τοκετό. Προβλήματα στάσης του σώματος μπορούν να ανακύψουν σε διάφορα στάδια της εγκυμοσύνης, και κατά την επάνοδο στην εργασία, ανάλογα με το άτομο, την εργασία του και τις συνθήκες εργασίας. Τα προβλήματα αυτά μπορεί να αυξηθούν με την πρόοδο της κύησης, ιδίως εάν η εργασία περιλαμβάνει άβολες κινήσεις ή παρατεταμένες περιόδους ορθοστασίας, ή κάθισμα σε θέση όπου το σώμα εκτίθεται σε κινδύνους λόγω στατικού φορτίου ή κακής κυκλοφορίας. Αυτές οι καταστάσεις μπορεί να συμβάλουν στην ανάπτυξη φλεβίτιδας, αιμορροΐδων και ραχιαλγίας.	Ο εργοδότης θα πρέπει να εξασφαλίζει για τις έγκυες, λεχώνες και γαλουχούσες εργαζόμενες - αποφυγή της χειρωνακτικής διακίνησης φορτίων όταν υπάρχει κίνδυνος τραυματισμού· - αποφυγή των άβολων κινήσεων και στάσεων, ιδίως σε περιορισμένους χώρους· - αποφυγή της εργασίας σε ύψος· - όταν χρειάζεται, εισαγωγή ή προσαρμογή του εξοπλισμού εργασίας και ανυψωτικού μηχανισμού, τροποποίηση των ρυθμίσεων αποθήκευσης ή επανασχεδιασμός των σταθμών εργασίας ή του περιεχομένου της εργασίας· - αποφυγή της διακίνησης φορτίων επί μακρές περιόδους ή της στάσης ή της ακινησίας για μακρές περιόδους χωρίς τακτική άσκηση ή κίνηση για τη διατήρηση της υγιούς κυκλοφορίας.	

	Η ραχιαλγία κατά την εγκυμοσύνη μπορεί να συνδεθεί με παρατεταμένη εργασία και κακή στάση του σώματος κατά την εργασία καθώς και με υπερβολικές κινήσεις. Μια έγκυος μπορεί να χρειάζεται περισσότερο χώρο, ή να πρέπει να προσαρμοστεί ο τρόπος εργασίας της (ή η σχέση της με την εργασία των άλλων ή με τον εξοπλισμό της), καθώς η εγκυμοσύνη μεταβάλλει τόσο το μέγεθος της ίδιας όσο και τους τρόπους με τους οποίους μπορεί να κινείται, να στέκεται ή να κάθεται ακίνητη για μεγάλο χρονικό διάστημα άνετα και ασφαλής. Μπορεί επίσης να υπάρχουν πρόσθετοι κίνδυνοι, όταν μια γυναίκα επιστρέφει στην εργασία ύστερα από τοκετό με ιατρικές επιπλοκές, π.χ. καισαρική τομή ή θρόμβωση των εν τω βάθει φλεβών.		
Μετακινήσεις εντός ή εκτός των εγκαταστάσεων	Οι μετακινήσεις στο πλαίσιο της εργασίας, από και προς τον τόπο εργασίας, μπορεί να αποτελούν πρόβλημα για τις εγκύους, καθώς περικλείουν κινδύνους κόπωσης, δονήσεων, στρες, στατικών στάσεων του σώματος, έλλειψης άνεσης και ατυχημάτων. Οι κίνδυνοι αυτοί μπορεί να έχουν σημαντική επίδραση στην υγεία των λεχώνων και των εγκύων.		
Εργασία σε υπόγεια μεταλλεία	Οι φυσικές συνθήκες στα μεταλλεία είναι συχνά αντίξοες και πολλοί από τους φυσικούς παράγοντες που αναφέρθηκαν στον οδηγό αυτό αποτελούν τακτικά τμήμα του περιβάλλοντος των μεταλλείων.	Οι εργοδότες είναι υπεύθυνοι για την εκτίμηση των κινδύνων και πρέπει να λαμβάνουν μέτρα σύμφωνα με την οδηγία 92/104/ΕΟΚ	Οδηγία 92/104/ΕΟΚ(προστασία των εργαζομένων σε εξορυκτικές βιομηχανίες)

Εργασία σε εξοπλισμό με οθόνη οπτικής απεικόνισης (ΟΟΑ)	Παρ' όλο που δεν περιλαμβάνονται ειδικά στην οδηγία 92/85/ΕΟΚ, η συμβουλευτική επιτροπή και η Ευρωπαϊκή Επιτροπή έχουν υπόψη ότι η ανησυχία σχετικά με τις εκπομπές ακτινοβολίας από τους εξοπλισμούς με οθόνη οπτικής απεικόνισης και τις πιθανές επιδράσεις στις εγκύους είναι ευρύτατα διαδεδομένες. Ωστόσο, υπάρχουν σημαντικά στοιχεία ότι οι ανησυχίες αυτές είναι αβάσιμες. Οι υποδείξεις που ακολουθούν συνοψίζουν τις επιστημονικές γνώσεις.		
	Τα επίπεδα της ηλεκτρομαγνητικής ακτινοβολίας που μπορεί να παράγουν οι οθόνες οπτικής απεικόνισης είναι πολύ χαμηλότερα από εκείνα που ορίζονται στις διεθνείς συστάσεις για τον περιορισμό των κινδύνων για την υγεία του ανθρώπου που περικλείουν οι εκπομπές αυτές, το δε Συμβούλιο Ακτινοπροστασίας θεωρεί ότι τα επίπεδα αυτά δεν αντιπροσωπεύουν σημαντικό κίνδυνο για την υγεία. Συνεπώς δεν απαιτούνται ειδικά μέτρα προστασίας της υγείας του ανθρώπου από αυτή την ακτινοβολία. Σημαντική ανησυχία προκλήθηκε στο κοινό εξαιτίας αναφορών υψηλότερων επιπέδων αποβολών ή συγγενών ανωμαλιών σε ορισμένες ομάδες εργαζομένων σε οθόνες οπτικής απεικόνισης (ΟΟΑ), ιδίως λόγω της ηλεκτρομαγνητικής ακτινοβολίας. Έχουν διεξαχθεί πολλές επιστημονικές μελέτες, αλλά ως σύνολο τα αποτελέσματά τους δεν δείχνουν να υπάρχει κάποια σχέση μεταξύ αποβολών ή συγγενών ανωμαλιών και εργασίας με ΟΟΑ. Η έρευνα θα συνεχιστεί, όπως και η επανεξέταση των επιστημονικών στοιχείων. Μπορεί επίσης να υπάρχουν εργονομικοί κίνδυνοι από την εργασία σε ΟΟΑ - βλ. παραπάνω.	Με βάση τα επιστημονικά στοιχεία, οι έγκυοι δεν χρειάζεται να σταματήσουν να εργάζονται με ΟΟΑ. Ωστόσο, για να αποφευχθούν προβλήματα που προκαλούνται από το στρες και το άγχος στις εγκύους που η ιδέα της εργασίας με ΟΟΑ τους προξενεί ανησυχία, πρέπει να δίνεται η ευκαιρία να συζητούν αυτές τις ανησυχίες τους με κατάλληλα ενημερωμένο άτομο σχετικά με τις τρέχουσες έγκυρες επιστημονικές πληροφορίες και συμβουλές.	Οδηγία 90/270/ΕΟΚ σχετικά με τον εξοπλισμό με οθόνη οπτικής απεικόνισης

Εξοπλισμός εργασίας και εξοπλισμός ατομικής προστασίας (συμπεριλαμβανομένου του ρουχισμού)	Ο εξοπλισμός εργασίας και ο εξοπλισμός ατομικής προστασίας συνήθως δεν είναι σχεδιασμένοι να χρησιμοποιούνται από εγκύους. Η εγκυμοσύνη και η γαλουχία συνεπάγονται φυσιολογικές αλλαγές, οπότε μέρος της υπάρχουσας εργασίας και του προστατευτικού εξοπλισμού μπορεί να γίνει όχι μόνο δυσάρεστο αλλά και μη ασφαλές για χρήση σε ορισμένες περιπτώσεις - π.χ. όταν ο εξοπλισμός δεν εφαρμόζει κατάλληλα ή άνετα, ή όταν οι κινήσεις, η επιδεξιότητα ή ο συντονισμός της γυναίκας έχουν μειωθεί εξαιτίας της εγκυμοσύνης της ή του πρόσφατου τοκετού.	Οποτεδήποτε δυνατό, πρέπει να αποφεύγονται οι κίνδυνοι με προσαρμογές ή με υποκατάσταση του εξοπλισμού, π.χ. με τη διάθεση κατάλληλου εναλλακτικού εξοπλισμού, ώστε η εργασία να εκτελείται με ασφάλεια και χωρίς κινδύνους για την υγεία. Όταν αυτό δεν είναι δυνατόν, εφαρμόζονται οι διατάξεις της οδηγίας 92/85/ΕΟΚ (άρθρο 5). Η μη ασφαλής εργασία πρέπει να απαγορεύεται.	Οδηγία 89/655/ΕΟΚ (απαιτήσεις ασφάλειας και υγείας για τη χρήση από τους εργαζομένους εξοπλισμού εργασίας κατά την εργασία) Οδηγία 89/656/ΕΟΚ (απαιτήσεις ασφάλειας και υγείας για τη χρήση από τους εργαζομένους εξοπλισμού ατομικής προστασίας στο χώρο εργασίας)

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

Πλευρές της εγκυμοσύνης που μπορεί να απαιτούν προσωρινά προσαρμογές της οργάνωσης της εργασίας

Εκτός από τους κινδύνους που περιλαμβάνονται στον πίνακα, και ορισμένες άλλες πλευρές μπορεί να επηρεάσουν την εργασία. Ο αντίκτυπος θα κυμαίνεται κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και τα αποτελέσματά τους πρέπει να παρακολουθούνται συνεχώς, π.χ. η στάση του σώματος των εγκύων αλλάζει για να προσαρμοστεί στο αυξανόμενο μέγεθος.

Πλευρές της εγκυμοσύνης	**Παράγοντες στην εργασία**
Πρωινή αδιαθεσία	Πολύ πρωινή βάρδια
	Έκθεση σε έντονες οσμές ή σε οσμές που προκαλούν ναυτία/κακός εξαερισμός
	Μετακινήσεις/μεταφορά
Ραχιαλγία	Ορθοστασία/χειρωνακτική διακίνηση φορτίων/στάση σώματος
Φλεβίτιδα/άλλα προβλήματα του κυκλοφοριακού/αιμορροΐδες	Παρατεταμένη ορθοστασία/κάθισμα
Ανάπαυση και ευεξία	Τακτική διατροφή
Συχνές/επείγουσες επισκέψεις στην τουαλέτα	Εγγύτητα/ύπαρξη εγκαταστάσεων για ανάπαυση/πλύσιμο/φαγητό/αναψυκτικά
	Υγιεινή
	Δυσκολία κατά την απομάκρυνση από την εργασία/τόπο εργασίας
Άνεση	
Αυξανόμενο μέγεθος	Χρήση προστατευτικών ενδυμάτων/εξοπλισμού εργασίας
	Εργασία σε περιορισμένους χώρους/σε ύψος
Η επιδεξιότητα, η ευκινησία, ο συντονισμός, η ταχύτητα των κινήσεων, η πρόσβαση σε αντικείμενα μπορεί να μειωθούν λόγω του αυξανόμενου μεγέθους.	Ιδιαίτερες στάσεις του σώματος, π.χ. σκύψιμο προς τα πίσω, προς τα κάτω
	Χειρωνακτική διακίνηση φορτίων
	Προβλήματα κατά την εργασία σε πιεστικά στενούς χώρους εργασίας
Κόπωση/Κάματος/Στρες	Υπερωρίες
	Βραδινή/νυκτερινή εργασία
	Έλλειψη διαλειμμάτων ανάπαυσης
	Πάρα πολλές ώρες εργασίας
	Ρυθμός/ένταση της εργασίας
Ισορροπία (έχει σημασία και για τις γαλουχούσες μητέρες)	Προβλήματα κατά την εργασία σε ολισθηρές, υγρές επιφάνειες