

# Riskbedömning av arbetsmiljö för gravida och ammande

## Bakgrund

Regler kring gravida och ammande arbetstagare återfinns i Arbetsmiljöverkets författningssamlingar (AFS) 2023:2, kap 7 samt bilaga 1. I dessa framgår att arbetsgivaren, efter att ha blivit informerad om arbetstagarens tillstånd, genast ska undersöka om arbetstagaren i sitt arbete utsätts för skadliga arbetsmiljöfaktorer samt bedöma risken för skadlig inverkan på graviditet eller amning. Du som arbetsgivare kan läsa om regelverket [via denna länk](#).

Arbetsgivaren ska snarast möjligt informera arbetstagaren om riskbedömningen. Om riskbedömningen visar att det finns risk för skadlig inverkan ska arbetsgivaren snarast vidta de åtgärder som behövs för att undanröja riskerna. Om riskerna inte kan undanröjas ska arbetsgivaren vidta alla åtgärder som är praktiskt möjliga och rimliga för att arbetstagaren ska kunna utföra andra arbetsuppgifter.

Kan arbetsgivaren inte anpassa eller erbjuda andra arbetsuppgifter ska denne intyga detta till Försäkringskassan på särskild blankett (7206 – Utlåtande från arbetsgivare om omplacering av gravid anställd). För gravida egenföretagare krävs intyg från arbetsmiljöspecialist från till exempel företagshälsovård eller arbets- och miljömedicinsk klinik. Med stöd av dessa intyg kan arbetstagaren söka ersättning om graviditetspenning.

Om det inte finns några absoluta hinder för arbete kan den gravida personen ändå söka graviditetspenning på grund av fysiskt ansträngande arbete tidigast från och med den 60:e dagen före beräknad förlossning. Arbetstagaren kan beviljas graviditetspenning till och med den 11:e dagen före beräknad förlossning, därefter kan man söka föräldrapenning.

## Förbud

Gravida arbetstagare får aldrig sysselsättas i vattendykning, rök- och kemdykning, verksamheter som innebär mikrobiologiska arbetsmiljörisker (fosterskadliga agens), blyarbete eller gruvarbete under jord förknippat med särskilda risker (stötar, vibrationer, buller, joniserande strålning eller hälsofarlig belastning).

För mer information se: [Arbetsmiljöverket \(av.se\)](https://arbetsmiljoverket.se)

## Exempel på vanligt förekommande risker i arbetsmiljön för gravida och ammande:

### Buller

Buller kan vara skadligt för fostret, dels genom direkt skada på hörselorganen, dels genom att orsaka tillväxthämning och låg födelselvikt. Daglig (8-timmars) bullerexponeringsnivå  $\geq 80$  dB(A) och höga impulsljud bör därför undvikas under hela graviditeten. För mer kortvarig bullerexponering (minuter till enstaka timmar) saknas detaljerad kunskap, men den bör ej vara  $\geq 85$  dB(A).

### Vibrationer och belastningsergonomi

Användning av vibrerande handverktyg brukar inte anses utgöra en risk för gravida eller ammande arbetstagare. Den belastningsergonomiska exponeringen i samband med sådant arbete är oftast av större betydelse. Stor fysisk belastning kan ge låg födelselvikt och för tidig födsel. Därför bör gravida personer ej exponeras för tung manuell hantering. På grund av risk för missfall eller för tidig födsel bör gravida personer ej exponeras för helkropps vibrationer som överstiger halva insatsvärdet, det vill säga  $0,25 \text{ m/s}^2 \text{ A}(8)$ . Rekommendationen gäller under hela graviditeten.

### Kemikalier och metaller

I de fall arbetstagaren återkommande arbetar med kemikalier bör säkerhetsdatablad insamlas och granskas. Kemikalier med fosterskadlig, reproduktionsstörande eller karcinogen potential bör generellt undvikas, med en stor säkerhetsmarginal. Blyexponering kan ge fosterskador och blyarbete är inte tillåtet för gravida och ammande arbetstagare. Exponering för diisocyanater brukar inte anses utgöra en risk för gravida och ammande arbetstagare. Organiska lösningsmedel kan ge ökad risk för missfall och missbildningar.

### Checklista

Arbetsgivaren har ansvar för att göra en individuell riskbedömning av arbetsmiljön på arbetsplatsen så snart arbetstagaren har berättat om sin graviditet, checklistan nedan kan användas för att identifiera risker. Checklistan baseras på föreskrift AFS 2023:2, kap 7 och bilaga 1 om gravida, nyförlösta och ammande arbetstagare inklusive tilläggsföreskrifter. Vid "ja", notera vad som behöver göras och vem som ansvarar för åtgärderna. Kontakta företagshälsovård eller arbets- och miljömedicinsk klinik vid behov av sakkunnig hjälp.

### Källor och länkar

[Graviditet och amning](#) (Arbetsmiljöverket)

[Gravid på arbetsplatsen](#) (Arbets- och miljömedicin, Uppsala)

[Faktablad: Graviditet](#) (Centrum för arbets- och miljömedicin, Stockholm)

[Arbetsmiljörisker under graviditet](#) (Arbets- och miljömedicin, Göteborg)

[Infpreg – information om infektioner under graviditet](#) (Karolinska institutet)

Nr	Arbetsmiljöfaktorer (exponering)	Nej	Ja	Vad behöver göras?	Vem ansvarar?	När?	Utfört
----	----------------------------------	-----	----	--------------------	---------------	------	--------

Arbetsställningar och arbetsrörelser (AFS 2023:2, kap 3; AFS 2023:10, kap 6; AFS 2023:11, kap 3; AFS 2023:12 och AFS 2023:13, kap 11)							
1	Förekommer återkommande förflyttning upp och ner för trappor eller stegar?						
2	Förekommer tunga lyft i kombination med förflyttning upp och ner för trappor eller stegar?						
3	Förekommer långa perioder av stående utan avbrott?						
4	Förekommer långa perioder sittande utan avbrott?						
5	Förekommer obekväma arbetsställningar?						
6	Förekommer arbete i trånga utrymmen?						
7	Behöver utrustning, arbetsutrymme eller arbetsytor anpassas?						

Nr	Arbetsmiljöfaktorer (exponering)	Nej	Ja	Vad behöver göras?	Vem ansvarar?	När?	Utfört
----	----------------------------------	-----	----	--------------------	---------------	------	--------

### Manuell hantering (AFS 2023:10, kap 6)

8	Förekommer ansträngande lyft?						
9	Förekommer lyft av föremål, som är svåra eller besvärliga att hålla eller bära?						
10	Förekommer lyft i obekväma arbetsställningar?						
11	Förekommer upprepade lyft under tidspress?						

### Stötar, skakningar och vibrationer (AFS 2023:10, kap 3)

12	Förekommer helkroppsvibrationer?						
----	----------------------------------	--	--	--	--	--	--

### Buller (AFS 2023:10, kap 2)

13	Behöver arbetstagaren använda hörselskydd?						
14	Har arbetsplatsen skyltar med varning för höga bullernivåer?						
15	Utsätts arbetstagaren för plötsliga höga ljud?						

Nr	Arbetsmiljöfaktorer (exponering)	Nej	Ja	Vad behöver göras?	Vem ansvarar?	När?	Utfört
----	----------------------------------	-----	----	--------------------	---------------	------	--------

**Joniserande och icke joniserande strålning samt elektromagnetiska fält (AFS 2023:10, kap 13 och SFS 2018:936, kap 4)**

16	Förekommer röntgenstrålning eller radioaktiva substanser?						
17	Innebär arbetet kontakt med elsvets-utrustning, diatermi och kortvågs-behandling eller arbete vid stora smältugnar, radarutrustning eller större sändarantennar?						

**Extrem kyla och värme (AFS 2023:12)**

18	Utsätts arbetstagaren för låga eller höga temperaturer?						
19	Om JA på fråga 18, saknas rutiner för möjlighet till täta pauser vid varmt eller kallt arbete?						
20	Om JA på fråga 18, saknas lämplig klädsel eller skyddsutrustning?						

**Kemikalier i alla former (fast/flytande/gas/ånga/rök) (AFS 2023:10, kap 7, 8 och 10; AFS 2023:12; AFS 2023:14 och SFS 2018:2088)**

21	Kommer arbetstagarens hud i direkt kontakt med kemikalier, avfall, spill, rester, förorenade material, ytor eller utrustning?						
22	Utsätts arbetstagaren för mutagena, cancerframkallande eller reproduktionsstörande ämnen upptagna på listan över hygieniska gränsvärden? (se varuinformation/säkerhetsdatablad)						

Nr	Arbetsmiljöfaktorer (exponering)	Nej	Ja	Vad behöver göras?	Vem ansvarar?	När?	Utfört
----	----------------------------------	-----	----	--------------------	---------------	------	--------

23	Tillreder arbetstagaren cytostatika eller andra cytotoxiska läkemedel?						
24	Utsätts arbetstagaren för bekämpningsmedel via hud eller luft?						
25	Utsätts arbetstagaren för organiska lösningsmedel via hud eller luft?						
26	Utsätts arbetstagaren för narkosgaser eller etylenoxid?						
27	Utsätts arbetstagaren för bly (oorganiskt eller organiskt)?						
28	Utsätts arbetstagaren för kvicksilver (t ex amalgam) kadmium, arsenik, krom, kobolt eller nickel?						
29	Utsätts arbetstagaren för t ex tobaksrök, motoravgaser eller kolmonoxid i dåligt ventilerat utrymnen?						

Nr	Arbetsmiljöfaktorer (exponering)	Nej	Ja	Vad behöver göras?	Vem ansvarar?	När?	Utfört
----	----------------------------------	-----	----	--------------------	---------------	------	--------

#### Smittämnen och infektionsrisk (AFS 2023:10, kap 11)

30	Finns smittorisk p g a kontakt med toxoplasma? T ex vid hantering av kattlådor, förorenad jord/sand, olämpligt lagrade livsmedel eller osköljda grönsaker?						
31	Finns risk att smittas av rubella (röda hund) eller annat smittämne med särskild risk för gravid, foster eller ammande barn?						

#### Arbetstider (SFS 1982:673)

32	Förekommer skift- eller nattarbete?						
33	Förekommer oregelbundna arbetstider och/eller jourarbete?						
34	Förekommer långa arbetsdagar och/eller stor svårighet att anpassa arbetstider?						

#### Organisatoriska och sociala arbetsmiljöfaktorer (AFS 2023:2, kap 2, 5 och 6)

35	Finns risk för hot, våld och/eller risk för fysiskt våld mot buken?						
36	Förekommer svårhanterliga situationer med påtagliga stresstoppar eller långvarig ihållande stress?						

Nr	Arbetsmiljöfaktorer (exponering)	Nej	Ja	Vad behöver göras?	Vem ansvarar?	När?	Utfört
37	Förekommer ensamarbete?						
Övriga arbetsförhållanden (AFS 2023:12)							
38	Saknas tillgång till särskilt rum där arbetstagaren kan vila liggande?						
39	Saknas enkel tillgång till toalett med tillhörande hygienutrymme?						
Kommentarer:							
Arbetstagare (namn och datum):							
Arbetsgivare (namn och datum):							

Vid synpunkter eller frågor, kontakta arbets- och miljömedicin Umeå via:

Återuppringningstelefon 090-785 93 56, [kontaktformulär](#) på amnorr.se eller, om du är patient, [1177.se](#).

*Länkar med mer information:*

[Graviditet och exponering](#) (Arbetshälsoinstitutet, Finland)

[EU-riktlinjer för bedömning av kemiska, fysikaliska och biologiska agens](#)