

DARBA VIDE UN GRŪTNIECĪBA



Mazuļa gaidīšana un audzināšana daudzām ģimenēm ir ļoti gaidīts un priecīgs notikums, tāpēc jo svarīgāk ir darīt visu, lai nekaitētu nedz bērnam, nedz mātes veselībai. Diemžēl daudzi no apkārtējās vides faktoriem un cilvēku paradumiem var apdraudēt gan gaidāmā bērnam, gan mātes veselību – piemēram, vides piesārņojums (ķīmiskas vielas, troksnis u. tml.) vai kaitīgi ieradumi (smēķēšana u. c.). Arī darba vidē, kur ikdienā atrodas daudzas sievietes gaidībās un ar krūti barojošas mātes, ir pietiekami daudz riska faktoru, kuri var apdraudēt gan bērnam, gan mātes veselību.

Mūsdienās ir ārkārtīgi grūti izvairīties no pilnīgi visiem apkārtējās vai darba vides riska faktoriem, tomēr ir situācijas, kurās iespējams izvairīties no lieka vai pārmērīga riska bērnam vai mātei.

Šajā materiālā vēlamies sniegt informāciju par svarīgākajiem darba vides riskiem, kuri var būt kaitīgi bērnam un mātei, kā arī vispārīgi informēt par grūtnieces vai ar krūti barojošas mātes tiesībām uz veselībai nekaitīgiem darba apstākļiem.

KĀ DARBA VIDES RISKA FAKTORI VAR IETEKMĒT BĒRNA VESELĪBU?

Pastāv vairākas darba vides riska faktoru grupas, kas, iedarbojoties uz sievietes organismu, var ietekmēt bērnam veselību gan gaidību, gan barošanas laikā (ja bērns tiek barots ar mātes pienu). Par šiem faktoriem vairāk informācijas sniegts tālāk materiālā, bet šajā nodaļā raksturosim iespējamās iedarbības veidus.

Svarīgi atgādināt vispārzināmu faktu, ka sieviešu un vīriešu organismi no cilvēka fizioloģijas viedokļa ir nedaudz

atšķirīgi – šīs atšķirības ir ļoti būtiskas, raksturojot tieši dažādu darba vides riska faktoru iedarbību arī uz bērna veselību, īpaši attiecībā uz ķīmisko vielu iedarbību. Turpmāk norādītas būtiskākās atšķirības.

- Kopējais ūdens daudzums ķermenī vīriešiem ir lielāks nekā sievietēm. Ja vīrieši un sievietes ir pakļauti vienādi ūdenī šķīstošo ķīmisko vielu iedarbībai, vīriešiem sakarā ar lielāku ūdens daudzumu ķermenī vielas tiks vairāk atšķaidītas un asinīs tās būs mazākā koncentrācijā, bet sievietēm – augstākā. Tādējādi arī potenciālā ietekme uz bērna veselību ir ievērojami augstāka;
- Sievietēm salīdzinājumā ar vīriešiem organismā ir lielāks tauku saturs, tādēļ ķīmiskās vielas, kuras šķīst un uzkrājas taukaudos, sievietes organismā saglabājas ilgāk un augstākā koncentrācijā, tāpēc to radītie riski bērna veselībai ir ievērojami augstāki. Jāatgādina arī tas, ka gan taukos šķīstošās ķīmiskās vielas, gan virkne citu vielu (piemēram, t. s. “smagie metāli” (svins u. c.), organiskie šķīdinātāji (vaitspirts, ksilols u. c.) var šķērsot placentu, kā arī nonākt mātes pienā.

Daļa no bērna veselībai kaitīgajām vielām ir t. s. *mutagēnās* un *teratogēnās* vielas, t. i. vielas, kuras var izraisīt dažādas gēnu mutācijas (pastāv potenciāla bīstamība radīt dažādus gēnu defektus, kas var izraisīt gan spontānus abortus, gan dažādus iedzimtus defektus) vai apdraudēt normālu augļa attīstību. Sieviete, kura gaida mazuli, svarīgi no riska faktoriem ir izvairīties grūtniecības sākumposmā (īpaši pirmajā trimestrī), jo

tieši šajā laikā attīstītās svarīgākās gaidāmā mazuļa ķermeņa sistēmas (piemēram, nervu, skeleta sistēma, sirds un zarnu trakts), tādējādi pat salīdzinoši zema riska faktoru iedarbība var radīt būtiskas sekas.

Vēl viens no ķīmisko vielu iespējamiem iedarbības veidiem ir saistīts ar to ietekmi uz endokrīno sistēmu – pastāv t. s. “endokrīnās sistēmas jaucējvielas”. To iespējamā ietekme uz endokrīno sistēmu (un attiecīgi arī uz sievietes reproduktīvo veselību) tiek skaidrota ar to, ka šīs vielas pēc ķīmiskās uzbūves ir ļoti līdzīgas daudziem cilvēka hormoniem (šādas vielas ir, piemēram, pēdējā laikā plašu publicitāti ieguvušais bisfenols A vai jau ilgāku laiku zināmie dioksīni).

Bez ķīmiskajām vielām ir zināmi vēl daudzi darba vides riska faktori, kas var nelabvēlīgi ietekmēt bērna un mātes veselību. No tiem svarīgākie ir fizikālie riska faktori, bioloģiskie aģenti un fiziskās pārslodzes.

Fizikālie faktori, kas var atstāt nelabvēlīgu ietekmi uz bērna un mātes veselību, ir vibrācija, troksnis, pārāk augsts spiediens (hiperbāriska atmosfēra), jonizējošā un nejonizējošā (piemēram, ultravioletais vai elektromagnētiskais starojums) radiācija, kā arī pārāk augsta vai pārāk zema temperatūra. Katram no šiem faktoriem iedarbības mehānismi var būt nedaudz atšķirīgi, piemēram, troksnis ietekmē sirds un asinsvadu sistēmas attīstību, savukārt jonizējošā starojuma ietekme tiek saistīta ar iespējamu gēnu mutācijas risku.

Savukārt no bioloģisko aģentu (bioloģisko faktoru) vidus kā izplatītākie un bīstamākie jāmin vīrusi – daudzi no tiem var ietekmēt gan vēl nedzimuša, gan arī jaundzimuša bērna

veselību (piemēram, herpes vīruss, citomegalovīruss un rubellas (masaliņu) vīruss), tāpat virkne citu mikroorganismu vai parazītu (piemēram, toksoplazmas).

Bez šiem minētajiem riskiem, kam katram raksturīga specifiska iedarbība, nelabvēlīga ietekme var būt arī tādiem nespecifiskiem faktoriem kā fiziskām un garīgām pārslodzēm. Būtisku ietekmi var atstāt arī smagu priekšmetu pārvietošana (ceļšana, stumšana vai nešana).

Svarīgākās prasības bērna un mātes veselības nodrošināšanai

Apzinoties, ka darba vides riska faktori var ļoti būtiski ietekmēt vēl nedzimuša vai tikko dzimuša bērna veselību, vairumā valstu grūtnieces un bērna veselības nodrošināšanai ir noteiktas ļoti stingras prasības.

Nosacīti šīs prasības var dalīt divās grupās – prasības, kuras saistītas ar Darba likumu un prasības, kuras saistītas ar Darba aizsardzības likumu. Jāatgādina arī, ka mūsu normatīvajos dokumentos ietvertās prasības ir saskaņotas ar šīs jomas normatīvajām prasībām Eiropas Savienībā.

Darba likumā paredzētā aizsardzība grūtniecēm un sievietēm pēcdzemdību periodā

Latvijas Darba likumā (pieņemts 20.06.2001., spēkā no 01.01.2002.) ir ietvertas daudzas normas, kuru mērķis ir garantēt grūtnieču (un vēl nedzimušu bērnu) un sieviešu pēcdzemdību periodā (un ar krūti barotu bērnu) veselību. Šajā materiālā pieminēsim tikai būtiskākās prasības darba devējiem un

tiesības grūtniecēm / sievietēm pēcdzemdību periodā, savukārt sīkāka informācija atrodama Darba likumā un tā komentāros.

Pirmais princips, kas jāievēro, saistīts ar diskriminācijas aizliegumu – mazāk labvēlīga attieksme grūtniecības vai dzemdību atvaļinājuma dēļ ir uzskatāma par tiešu diskrimināciju. Šāda diskriminācija ir aizliegta ne tikai darba tiesisko attiecību laikā, bet arī pirms pieņemšanas darbā, piemēram, darba intervijas laikā.

Vispārējās prasības Darba likumā nosaka, ka darba devējam pēc ārsta atzinuma saņemšanas **aizliegts nodarbināt grūtnieces un sievietes pēcdzemdību periodā** līdz vienam gadam, bet, ja sieviete baro bērnu ar krūti, — visā barošanas laikā, **ja tiek atzīts, ka attiecīgā darba veikšana rada draudus sievietes vai viņas bērna drošībai un veselībai**. Papildus tam ir aizliegts nodarbināt grūtnieci divas nedēļas pirms paredzamajām dzemdībām un sievieti divas nedēļas pēc dzemdībām (saskaņā ar ārsta sniegto izziņu). Darba likums tieši nenosaka, kad un kā grūtniecei būtu jāpaziņo par savu grūtniecību darba devējam, tomēr, atceroties, ka darba vides risku iedarbība ir visbīstamākā tieši grūtniecības sākumperiodā, šo informāciju nevajadzētu slēpt. Situācijas, kad uzskatāms, ka attiecīgā darba veikšana rada risku, precīzāk noteiktas darba aizsardzības normatīvajās prasībās un raksturotas nākamajā sadaļā.

Lai novērstu jebkādu risku, kas var negatīvi ietekmēt grūtnieces drošību vai veselību, darba devējam pēc ārsta atzinuma saņemšanas ir pienākums nodrošināt grūtniecei tādas darba apstākļus un darbalaiku, kas novērš riskus. Ja šādus darba apstākļus vai darbalaiku nav iespējams nodrošināt, darba devējam

ir pienākums uz laiku pārceļt grūtnieci citā piemērotā darbā (saglabājot vismaz tādu pašu vidējo izpeļņu). Situācijās, kad šādu pārceļšanu nav iespējams nodrošināt, darba devējam ir pienākums uz laiku piešķirt grūtniecei atvaļinājumu (saglabājot vismaz tādu pašu vidējo izpeļņu).

Darba likums nosaka arī virkni prasību par darbalaiku grūtniecēm un sievietēm pēcdzemdību periodā. Pirmkārt, darba devējam ir pienākums noteikt nepilnu darba laiku, ja to pieprasa grūtniece vai sieviete pēcdzemdību periodā līdz vienam gadam (ja sieviete baro bērnu ar krūti – visā barošanas laikā). Otrkārt, šo darbinieku grupu atļauts nodarbināt virsstundu darbā tikai tad, ja ir saņemta rakstveida piekrišana. Treškārt, šīs darbinieces nakts laikā atļauts nodarbināt tikai tad, ja ir saņemts pozitīvs ārsta atzinums, ka attiecīgā darba veikšana nerada draudus sievietes vai viņas bērna drošībai un veselībai, savukārt šo darbinieču nodarbināšanai nedēļas atpūtas laikā ir noteikts aizliegums. Grūtniecēm un sievietēm pēcdzemdību periodā ir noteikts aizliegums pārceļt daļu no atvaļinājuma uz nākamo gadu, tāpat sievietei pēc viņas pieprasījuma ikgadējo apmaksāto atvaļinājumu jāpiešķir pirms grūtniecības un dzemdību atvaļinājuma vai tieši pēc tā neatkarīgi no laika, kurā sieviete bijusi nodarbināta pie attiecīgā darba devēja.

Ņemot vērā, ka grūtniecības laikā nepieciešams veikt virkni medicīnisku pārbaužu, tad gadījumos, kad tas nav iespējams ārpus darbalaika, darba devēja pienākums ir nodrošināt iespēju īslaicīgai prombūtnei.

Lai nodrošinātu grūtnieču un sieviešu pēcdzemdību periodā papildu aizsardzību, Darba likumā noteikts aizliegums

darba devēja uzteikumiem šajā laikā. Darba likumā noteikti atsevišķi izņēmumi, kad tas ir iespējams (piemēram, darbiniece bez attaisnojoša iemesla būtiski pārkāpusi darba līgumu, rīkojusies prettiesiski, ieradusies darbā alkohola vai narkotisko vielu reibumā u. tml.). Tāpat noteikts aizliegums atlaist darbinieci pārbaudes laikā.

Ar darba aizsardzības normatīvajiem dokumentiem paredzētā aizsardzība grūtniecēm un sievietēm pēcdzemdību periodā

Ar darba aizsardzību saistītajām normatīvajām prasībām būtiskākais princips ir noteikts Darba aizsardzības likumā (pieņemts 20.06.2001., spēkā no 01.01.2002.) – grūtniecēm un sievietēm pēcdzemdību periodā ir tiesības uz darba devēja noteiktiem atvieglojumiem. Tāpat darba devējam ir noteikta virkne pienākumu, piemēram, Ministru Kabineta (MK) noteikumos Nr. 359 “Darba aizsardzības prasības darba vietās” (pieņemti 28.04.2009., spēkā no 01.01.2010.) ir noteikta prasība darba devējam nodrošināt iespēju atgulties un atpūsties piemērotos apstākļos atbilstoši higiēnas prasībām.

Lai nodrošinātu grūtnieču un sievietes pēcdzemdību periodā aizsardzību, darba devējam ir pienākums veikt darba vides riska novērtējumu, nosakot, vai tajā nav tādi darba vides riska faktori, kuri varētu ietekmēt bērna vai mātes veselību. Vispārējie principi iekļauti MK noteikumos Nr. 660 “Darba vides iekšējās uzraudzības veikšanas kārtība” (pieņemti 02.10.2007., spēkā no 06.10.2007.) (turpmāk tekstā – Noteikumi) – tie nosaka darba devēja pienākumu veikt periodisku darba vides riska novērtējumu, t. sk. riska novērtēšanu

darbā, kuru veic grūtnieces un sievietes pēcdzemdību periodā (ja sieviete baro bērnu ar krūti, tad visā bērna barošanas laikā). Veicot darba vides riska novērtējumu, jānosaka, vai konkrētajā darba vietā pastāv šie faktori un tiek veikts attiecīgs darbs, kā arī jānosaka darba vides faktoru ietekmes raksturu, pakāpi un ilgumu, lai:

- novērtētu jebkuru risku grūtnieču un sieviešu, kuras baro bērnu ar krūti, drošībai un veselībai, kā arī jebkuras iespējamās sekas attiecībā uz viņu grūtniecību vai bērna barošanu ar krūti;
- noteiktu nepieciešamos darba aizsardzības pasākumus riska novēršanai.

Normatīvajos dokumentos iestrādātie aizsardzības principi ir veidoti divējādi. **Pirmkārt**, Noteikumu 2. pielikumā minēta virkne dažādu darbu un darba vides riska faktoru, kas var apdraudēt grūtnieču, sieviešu, kas baro bērnu ar krūti, vai viņu bērnu drošību un veselību, tāpēc, ja tiek konstatēts, ka Jūsu darba veids atbilst kādam no šiem darbiem vai Jūs esat pakļauta kādam no šiem riska faktoriem, darba devēja pienākums ir veikt nepieciešamos pasākumus, lai šos riskus novērstu, vai, ja tas nav iespējams, pārcelt Jūs citā darbā. **Otrkārt**, ja tiek konstatēts, ka Jūsu veicamais darbs atbilst Noteikumu 3. pielikumam, šādā darbā strādāt ir aizliegts. Tātad 3. pielikuma 1. punktā ir minēti darbi, kuros aizliegts nodarbināt grūtnieces, bet 2. punktā – darbi, kuros aizliegts nodarbināt sievietes, kuras baro bērnu ar krūti.

Faktori, kas var radīt risku drošībai un veselībai.

1. Fizikālie faktori (var radīt augļa bojājumus vai placentas pārrāvumus), tai skaitā:

- triecieni, vibrācija;
- smagu priekšmetu vai kravu pārnēsāšana, kas var radīt dorsolumbāra rakstura risku (tāds, kas var ietekmēt iegurni);
- troksnis;
- jonizējoša radiācija;
- nejonizējoša radiācija;
- augsta vai zema temperatūra;
- tādas kustības un pozas, pārvietošanās uzņēmuma telpās un tā teritorijā, garīgs un fizisks nogurums un cita fiziska pārslodze, kas var nelabvēlīgi ietekmēt grūtnieces un (vai) nedzimušā bērna veselību;

2. Bioloģiskie faktori (t. s. 2., 3. un 4. grupas bioloģiskie aģenti, kā arī šo bioloģisko faktoru izraisīto seku novēršanai veiktie ārstnieciskie pasākumi), kas var apdraudēt grūtnieces vai nedzimušā bērna veselību;

3. Ķīmiskie faktori:

- ķīmiskās vielas un maisījumi, kas atbilst Eiropas Parlamenta un Padomes 2008. gada 16. decembra Regulai (EK) Nr. 1272/2008 par vielu un maisījumu klasificēšanu, marķēšanu un iepakošanu:
 - cilmes šūnu mutagenitāte, 1. A, 1. B vai 2. kategorija (H340, H341);
 - kancerogenitāte, 1. A, 1. B vai 2. kategorija (H350, H350i, H351);

- toksiska ietekme uz reproduktīvo funkciju, 1. A, 1. B vai 2. kategorija vai ar ietekmi uz laktāciju, vai laktācijas procesu saistīta papildu kategorija (H360, H360D, H360FD, H360Fd, H360Df, H361, H361d, H361fd, H362);
- toksiska ietekme uz īpašu mērķorgānu pēc vienreizējas iedarbības, 1. vai 2. kategorija (H370, H371);
- auramīns, policikliskie aromātiskie ogļūdeņraži;
- dzīvsudrabs un dzīvsudrabu saturošas vielas;
- antimiotiskas vielas;
- oglekļa monoksīds;
- ķīmiskās vielas ar zināmu un bīstamu absorbcijas spēju caur ādu.

Darba veidi, kas nodarbinātajām grūtniecēm un sievietēm, kuras baro bērnu ar krūti, var radīt risku drošībai un veselībai:

- auramīna ražošana;
- darbi, kas saistīti ar akmeņogļu kvēpos, darvā un piķī esošu policiklisko aromātisko ogļūdeņražu iedarbību;
- darbi, kuru laikā notiek nodarbināto saskare ar putekļiem, iztvaikojumiem vai aerosoliem, kas rodas, apdedzinot un elektrolītiski attīrot vara un niķeļa rūdas izstrādājumus;
- stipro skābju procesi izopropilspirta ražošanā;
- darbi, kuros ir saskare ar cietkoksnes putekļiem;
- darbs pazemē (šahtās).

Darba veidi un faktori, kuros aizliegts nodarbināt grūtnieces un kuriem aizliegts pakļaut grūtnieces:

- fizikālie faktori, kas saistīti ar darbu hiperbāriskā atmosfērā (piemēram, konteineros, ūdens spiediena ietekmē, zem ūdens);
- darbi, kur iespējams saskarties ar šiem bioloģiskajiem faktoriem, ja vien grūtnieces nav imūnas pret tiem:
 - toksoplazmu;
 - rubellas vīrusu;
 - citomegalovīrusu;
 - herpes vīrusu;
- darbi, kur iespējams saskarties ar ķīmiskiem faktoriem:
 - svinu un tā savienojumiem tiktāl, cik tos ir spējīgs absorbēt cilvēka organisms;
 - arsēnu un tā savienojumiem;
 - fosforu un tā savienojumiem.

Darba veidi un faktori, kuros aizliegts nodarbināt un pakļaut sievietes, kuras baro bērnu ar krūti:

- darbi, kur iespējams saskarties ar ķīmiskiem faktoriem:
 - svinu un tā savienojumiem tiktāl, cik tos ir spējīgs absorbēt cilvēka organisms;
 - beriliju un tā savienojumiem;
 - kadmiju un tā savienojumiem.
 - darbs pazemē (šahtās).

Papildus minētajiem var būt arī citi riska faktori, kas var radīt kaitējumu grūtnieču, sieviešu, kas baro bērnu ar krūti, vai

viņa bērnu drošībai vai veselībai – arī šajos gadījumos darba devēja pienākums ir veikt nepieciešamos darba aizsardzības pasākumus, lai šos riskus novērstu.

Atcerieties – iepriekš minētais ir Jūsu tiesības un darba devēja pienākumi. Ja darba devējs šīs prasības neievēro, Jums ir tiesības griezties ar iesniegumu Valsts darba inspekcijā, lai aizstāvētu savas un bērna tiesības.

Atgādinām arī, ka gan bērna gaidīšanas periodā, gan barojot bērnu ar krūti, ir svarīgi ievērot vispārējās prasības attiecībā uz veselīgu dzīvesveidu – gan attiecībā uz uzturu, gan stresa mazināšanu, gan pietiekamām fiziskām aktivitātēm un emocionālo labsajūtu.



RĪGAS STRADIŅA
UNIVERSITĀTE



DARBA DROŠĪBAS un
VIDES VESELĪBAS INSTITŪTS
RSU aģentūra

Nr. 327-2017

PAPILDU INFORMĀCIJA

LABKLĀJĪBAS MINISTRIJAS DARBA ATTIECĪBU UN DARBA AIZSARDZĪBAS POLITIKAS DEPARTAMENTĀ

Skolas ielā 28, Rīgā, LV-1010
Tālrunis 67021526
www.lm.gov.lv

VALSTS DARBA INSPEKCIJĀ

K. Valdemāra ielā 38, k-1, Rīgā, LV-1010
Tālrunis 67186522, 67186523
www.vdi.gov.lv

LATVIJAS BRĪVO ARODBIEDRĪBU SAVIENĪBĀ

Bruņinieku ielā 29/31, Rīgā, LV-1001
Tālrunis 67270351, 67035960
www.lbas.lv

RSU DARBA DROŠĪBAS UN VIDES VESELĪBAS INSTITŪTĀ

Dzirciema ielā 16, Rīgā, LV-1007
Tālrunis 67409139
www.rsu.lv/ddvvi

PAR DARBA AIZSARDZĪBAS JAUTĀJUMIEM – www.osha.lv



Labklājības ministrija



Valsts sociālās
apdrošināšanas aģentūra



Valsts darba
inspekcija

Šis materiāls ir izdots ar Valsts Sociālās apdrošināšanas aģentūras atbalstu kā daļa no Darba aizsardzības preventīvo pasākumu plāna.

Materiālu sagatavoja: Rīgas Stradiņa universitātes Darba drošības un vides veselības institūts, 2017.
Bezmaksas izdevums.