



IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

ESF projekts "Darba drošības normatīvo aktu praktiskās ieviešanas un uzraudzības pilnveidošana" (Nr.7.3.1.0/16/I/001)

Grūtnieču, sieviešu pēcdzemdību periodā līdz vienam gadam un sieviešu, kas baro bērnu ar krūti, nodarbināšanas normatīvais regulējums

(darba aizsardzības normatīvie akti)

Dace Jakimova
Darba drošības un vides veselības institūts,
Rīgas Stradiņa universitāte
2022.

Normatīvie dokumenti

- Darba aizsardzības likums
- MK Nr. 660 «Darba vides iekšējās uzraudzības veikšanas kārtība» (02.10.2007.)
- MK Nr. 359 «Darba aizsardzības prasības darba vietās» (pieņemti 28.04.2009.)



Darba aizsardzības likums (DAL)

Tiem nodarbinātajiem, kuriem saskaņā ar normatīvajiem aktiem noteikta īpaša aizsardzība

(... grūtniecēm, sievietēm pēcdzemdību periodā...),

atbilstoši darba vides riska novērtējumam, kā arī ārsta atzinumam ir tiesības uz darba devēja noteiktiem papildu atvieglojumiem

(22.p.)

Darba vides iekšējā uzraudzība sastāv no šādiem posmiem:

... darba vides riska novērtēšana, *ieskaitot riska novērtēšanu darbā, kuru veic **grūtnieces un sievietes pēcdzemdību periodā*** (2.2.p.)

IV. Darba vides riska novērtēšana darbā, kuru veic grūtnieces un sievietes pēcdzemdību periodā (MK 660)

27. Papildus šo noteikumu III nodaļā minētajai darba vides riska novērtēšanai darba devējs nodrošina darba vides riska novērtēšanu darbam:

- kuru veic grūtnieces
- sievietes pēcdzemdību periodā līdz 1 gadam
- ja sieviete baro bērnu ar krūti, - visā barošanas laikā

IV. Darba vides riska novērtēšana darbā, kuru veic grūtnieces un sievietes pēcdzemdību periodā (MK 660)

28. Novērtējot šo noteikumu 27.punktā minētos darba vides riskus, persona, kas to veic, nosaka, vai darba vietā pastāv šo noteikumu *2.pielikumā minētie darba vides faktori un tiek veikts attiecīgs darbs*, kā arī nosaka darba vides faktoru ietekmes raksturu, pakāpi un ilgumu, lai:

28.1. 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;

28.2. noteiktu **nepieciešamos** darba aizsardzības **pasākumus** šo noteikumu 28.1.apakšpunktā minētā riska novēršanai.

IV. Darba vides riska novērtēšana darbā, kuru veic grūtnieces un sievietes pēcdzemdību periodā (MK 660)

29. Ja darba devējs, pamatojoties uz darba vides riska novērtējumu, konstatē, ka veicamais darbs ir minēts šo noteikumu 2.pielikumā vai arī to ietekmē šo noteikumu 2.pielikumā minētie darba vides faktori, kas **var apdraudēt** grūtnieču, sieviešu, kas baro bērnu ar krūti, vai viņu bērnu **drošību** vai **veselību**, darba devējam ir **pienākums**

- **veikt nepieciešamos darba aizsardzības pasākumus**, lai nodrošinātu viņu drošību un veselību, bet,
- **ja tas nav iespējams, pārcelt grūtnieci vai sievieti, kas baro bērnu ar krūti, citā darbā.**

IV. Darba vides riska novērtēšana darbā, kuru veic grūtnieces un sievietes pēcdzemdību periodā (MK 660)

30. Ja darba devējs, pamatojoties uz darba vides riska novērtējumu, konstatē, ka veicamais darbs atbilst šo noteikumu 3.pielikumam, darba devējam **aizliegts nodarbināt:**

30.1. **grūtnieces** - darbos, kurus ietekmē šo noteikumu 3.pielikuma 1.punktā minētie darba vides faktori;

30.2. **sievietes, kuras baro bērnu ar krūti**, - darbos, kurus ietekmē šo noteikumu 3.pielikuma 2.punktā minētie darba vides faktori.

IV. Darba vides riska novērtēšana darbā, kuru veic grūtnieces un sievietes pēcdzemdību periodā (MK 660)

31. Ja darba devējs konstatē, ka papildus šo noteikumu 2. un 3.pielikumā minētajiem darba vides faktoriem vai darbiem ir citi darba vides faktori vai darbi, kas var radīt risku grūtnieču, sieviešu, kas baro bērnu ar krūti, vai viņu bērnu drošībai vai veselībai,

darba devējam ir pienākums veikt nepieciešamos darba aizsardzības pasākumus, lai šo risku novērstu.

Pielikumi MK 660

✓ 2.pielikums.

Darba vides faktori un darbi, kas grūtniecēm un sievietēm, kuras baro bērnu ar krūti, **var radīt risku** drošībai un veselībai

✓ 3.pielikums.

Darba vides faktori un darbi, kuriem aizliegts pakļaut un kuros **aizliegts nodarbināt** grūtnieces un sievietes, kas baro bērnu ar krūti

Darba vides faktori un darbi, kas grūtniecēm un sievietēm, kuras baro bērnu ar krūti, var radīt risku drošībai un veselībai MK 660 2.pielikums

Darba vides faktori:

1.1. **fizikālie faktori**, kas tiek uzskatīti par augļa bojājumus izraisošiem un (vai) placentas pārrāvumu izraisošiem, to skaitā:

1.1.1. triecieni, vibrācija;

1.1.2. smagu priekšmetu vai kravu pārnēsāšana, kas var radīt dorsolumbāra rakstura risku (*tāds, kas var ietekmēt iegurni*);

1.1.3. troksnis;

.....

Darba vides faktori un darbi, kas grūtniecēm un sievietēm, kuras baro bērnu ar krūti, var radīt risku drošībai un veselībai MK 660 2.pielikums

.....

1.1.4. jonizējoša radiācija;

1.1.5. nejonizējoša radiācija;

1.1.6. augsta vai zema temperatūra;

1.1.7. 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;

Smaga fiziska darba, vibrācijas, karstuma ietekme

Grūtniecības laikā fiziski *smaga darba veikšana*, piemēram, smagumu celšana un bieža locīšana, var palielināt traumu risku, ko izraisa mugurkaula līdzsvara, stājas, saišu un locītavu izmaiņas. Turklāt, mazulim augot, sievietes smaguma centrs nobīdās uz priekšu, un kļūst grūtāk noturēt priekšmetus tuvu ķermenim, tādējādi palielinot spiedienu uz mugurkaula diskiem.

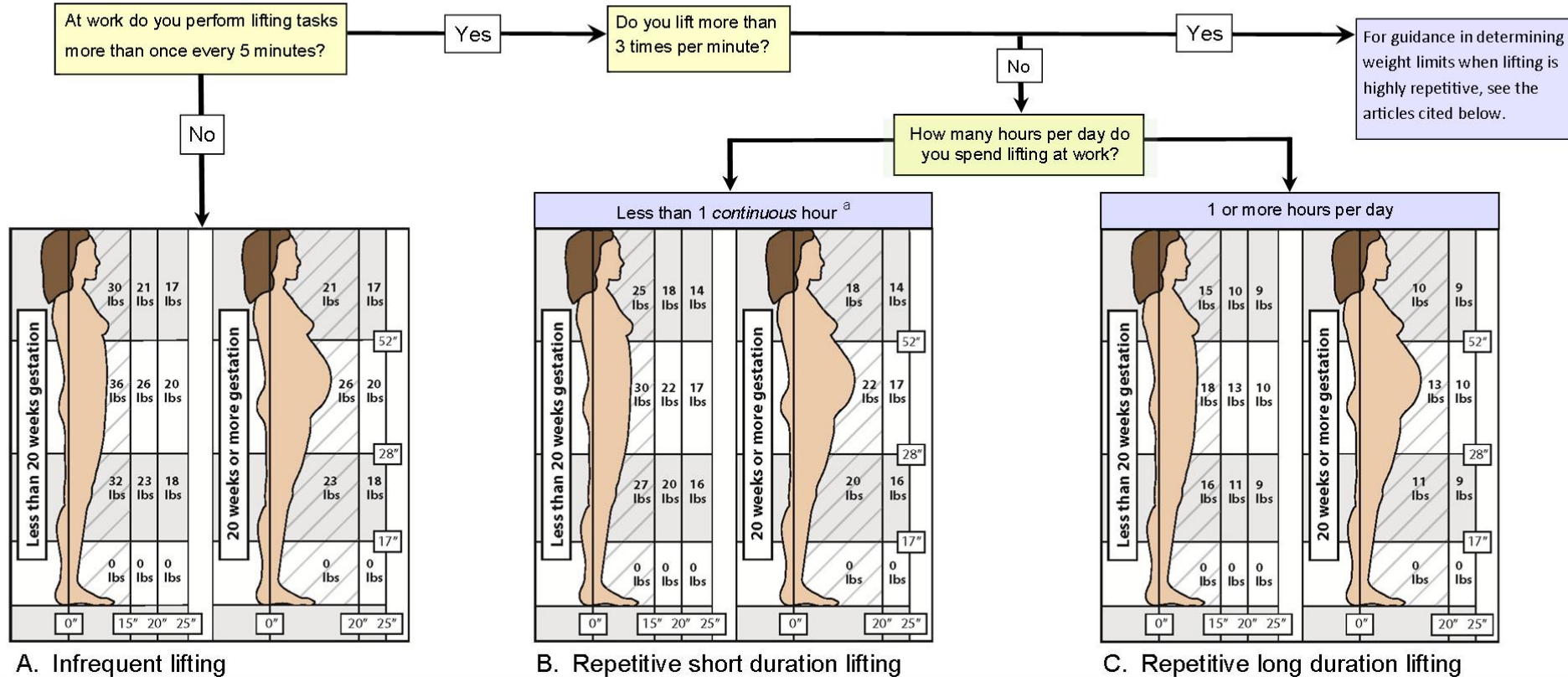
Centieties izvairīties no smagu (>12,5 kg) celšanas, stumšanas, vilkšanas vai nešanas vai celšanas biežāk nekā reizi 5 minūtēs, īpaši, ja ceļ no zemes.

Censties izvairīties no *saliekšanās jostasvietā* vairāk nekā 20 reizes dienā.

Vibrācijas ietekme - muguras sāpes un karpālā kanāla sindroms ir biežāk sastopamas grūtniecības laikā, un biežas, ilgstošas vai augsta līmeņa vibrācijas var palielināt šādu traumu risku.

Ķermenis grūtniecības laikā strādā vairāk, lai atdzesētu gan pašu sievieti, gan nedzimušo bērnu, tādējādi palielinot dehidratācijas iespējamību. Grūtniecēm ir arī lielāka iespēja saņemt karstuma spēku vai karstuma dūrienu ātrāk nekā darbiniecei, kas nav grūtniece.

Provisional Recommended Weight Limits for Lifting at Work During Pregnancy



for determining the Recommended Weight Limit (RWL):

Answer the questions in the yellow-colored text boxes above to select the one graphic (A, B or C) that best describes the lifting frequency or frequency/duration pattern.

When less than 20 weeks pregnant, select the image on the left of the graphic; when pregnant for 20 weeks or more, select the image on the right.

Underline the numerical value on the graphic that best corresponds with the object location at the start of the lift (height from the floor and the distance in front of the body); repeat for the object location at end of the lift. Now underline all other numerical values along the entire path the object would travel during the lift (between the start and end points). Circle the lowest numerical value underlined.

The number circled in step 3 is the RWL (in pounds) for the gestation period and lift conditions specified in steps 1-3. Repeat these steps when the gestation period or task conditions change.

^a The duration category can encompass multiple hours of lifting in one work day provided that each continuous lifting period is less than one hour and followed by a minimum of one hour of non-lifting activity before lifting resumes.

Source: Donald L. Waters T, Napolitano P, Goddard D, Ryan M, Nielsen P, Hudock S (2013) Clinical Guidelines for Occupational Lifting in Pregnancy – Evidence Summary and Provisional Recommendations; 0.1016/j.ajog.2013.02.047. <http://www.sciencedirect.com/science/journal/00029378>.

rs T, MacDonald L, Hudock S, Goddard D (in press). Provisional Recommended Weight Limits for Manual Lifting during Pregnancy. Human Factors.



Jonizējošā starojuma ietekme

Jonizējošā starojuma nelabvēlīgais efekts ir atkarīgs no starojuma devas, ilguma, intensitātes un biežuma.

Ja grūtniece strādā ar radioaktīvām vielām vai jonizējošā starojuma avotiem, viņai jānodrošina tādi darba apstākļi, lai ekvivalenta deva, ko saņem auglis, visā grūtniecības laika nepārsniegtu 1 mSv.

Ja darba devējs nespēj to nodrošināt, tad grūtniecei darbs ar radioaktīvajām vielām vai jonizējošā starojuma avotiem jāpārtrauc.

Efektīvās dozas pamatlimits darbiniekiem ir 20 mSv gadā.

Darbiniecei - grūtniecei un mātei, kas baro bērnu ar krūti, efektīvās dozas pamatlimits ir 1 mSv gadā.

09.04.2002. MK noteikumi Nr.149 «Noteikumi par aizsardzību pret jonizējošo starojumu», 4.daļa Jonizējošā starojuma dozu limiti. 29.p.

Darba vides faktori un darbi, kas grūtniecēm un sievietēm, kuras baro bērnu ar krūti, var radīt risku drošībai un veselībai MK 660 2.pielikums

Darba vides faktori:

1.2. bioloģiskie faktori – 2., 3. un 4. grupas bioloģiskie aģenti – vai šo bioloģisko faktoru izraisīto seku novēršanai veiktie ārstnieciskie pasākumi, kas apdraud grūtnieces vai nedzimušā bērna veselību un nav minēti šo noteikumu 3. pielikumā;

21.05.2002. MK noteikumi Nr 189 «Darba aizsardzības prasības, saskaroties ar bioloģiskajām vielām»

Novērtējot risku, ņem vērā:

....bioloģisko aģentu pastiprināto ietekmi uz tiem nodarbinātajiem, kuru uzņēmīgumu pret slimībām var ietekmēt agrāk pārciesta slimība, medikamentu lietošana, imūnsistēmas nepietiekamība, grūtniecība vai barošana ar krūti u.tml. (14.6.p.)

Ebolas vīrusa ģints	4
---------------------	---

Darba vides faktori un darbi, kas grūtniecēm un sievietēm, kuras baro bērnu ar krūti, var radīt risku drošībai un veselībai MK 660 2.pielikums

Darba vides faktori:

1.3. **ķīmiskie faktori** - ķīmiskās vielas, kas apdraud grūtnieces un (vai) nedzimušā bērna veselību un nav minētas šo noteikumu 3.pielikumā:

1.3.1. ķīmiskās vielas un maisījumi, kas atbilst Eiropas Parlamenta un Padomes 2008. gada 16. decembra Regulas (EK) Nr. 1272/2008 par vielu un maisījumu klasificēšanu, marķēšanu un iepakojšanu un ar ko groza un atceļ Direktīvas 67/548/EEK un 1999/45/EK un groza Regulu (EK) Nr.1907/2006, 1. pielikumā minētajiem klasificēšanas kritērijiem vienā vai vairākās turpmāk minētajās bīstamības klasēs un bīstamības kategorijās ar vienu vai vairākiem turpmāk minētajiem bīstamības apzīmējumiem, ja tās nav minētas šo noteikumu 3. pielikumā:

1.3.1.1. ***cilmes šūnu mutagenitāte***, 1. A, 1. B vai 2. kategorija (H340, H341);

1.3.1.2. ***kancerogenitāte***, 1. A, 1. B vai 2. kategorija (H350, H350i, H351);

1.3.1.3. ***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);

1.3.1.4. ***toksiska ietekme uz īpašu mērķorgānu pēc vienreizējas iedarbības***, 1. vai 2. kategorija (H370, H371);

Darba vides faktori un darbi, kas grūtniecēm un sievietēm, kuras baro bērnu ar krūti, var radīt risku drošībai un veselībai MK 660 2.pielikums

Darba vides faktori:

1.3. **ķīmiskie faktori** - ķīmiskās vielas, kas apdraud grūtnieces un (vai) nedzimušā bērna veselību un nav minētas šo noteikumu 3.pielikumā:

...

1.3.2. auras, policikliskie aromātiskie ogļūdeņraži;

1.3.3. dzīvsudrabs un dzīvsudrabu saturošas vielas;

1.3.4. antimitotiskas vielas (*piemīt spēja apturēt šūnu dalīšanās procesu*);

1.3.5. oglekļa monoksīds;

1.3.6. ķīmiskās vielas ar zināmu un bīstamu absorbcijas spēju caur ādu.

Darba vides faktori un darbi, kas grūtniecēm un sievietēm, kuras baro bērnu ar krūti, var radīt risku drošībai un veselībai MK 660 2.pielikums

2. Darbi:

2.1. auramīna ražošana;

2.2. darbi, kas saistīti ar akmeņogļu kvēpos, akmeņogļu darvā un akmeņogļu piķī esošu policiklisko aromātisko ogļūdeņražu iedarbību;

2.3. darbi, kuru laikā notiek nodarbināto saskare ar putekļiem, iztvaikojumiem vai aerosoliem, kas rodas, apdedzinot un elektrolītiski attīrot vara un niķeļa rūdas izstrādājumus;

2.4. stipro skābju procesi izopropilspirta ražošanā;

2.5. darbi, kuros ir saskare ar cietkoksnes putekļiem;

2.6. darbs pazemē (šahtās).

**Darba vides faktori un darbi, kuriem aizliegts pakļaut un kuros aizliegts nodarbināt grūtnieces un sievietes, kas baro bērnu ar krūti
MK 660 3.pielikums**

2. Darba vides faktori, kuriem **aizliegts pakļaut grūtnieces**:

1.1. **fizikālie faktori** - darbs hiperbāriskā atmosfērā
(*piemēram, konteineros, ūdens spiediena ietekmē, zem ūdens*);

1.2. **bioloģiskie faktori**, ja vien grūtnieces nav imūnas pret šiem faktoriem:

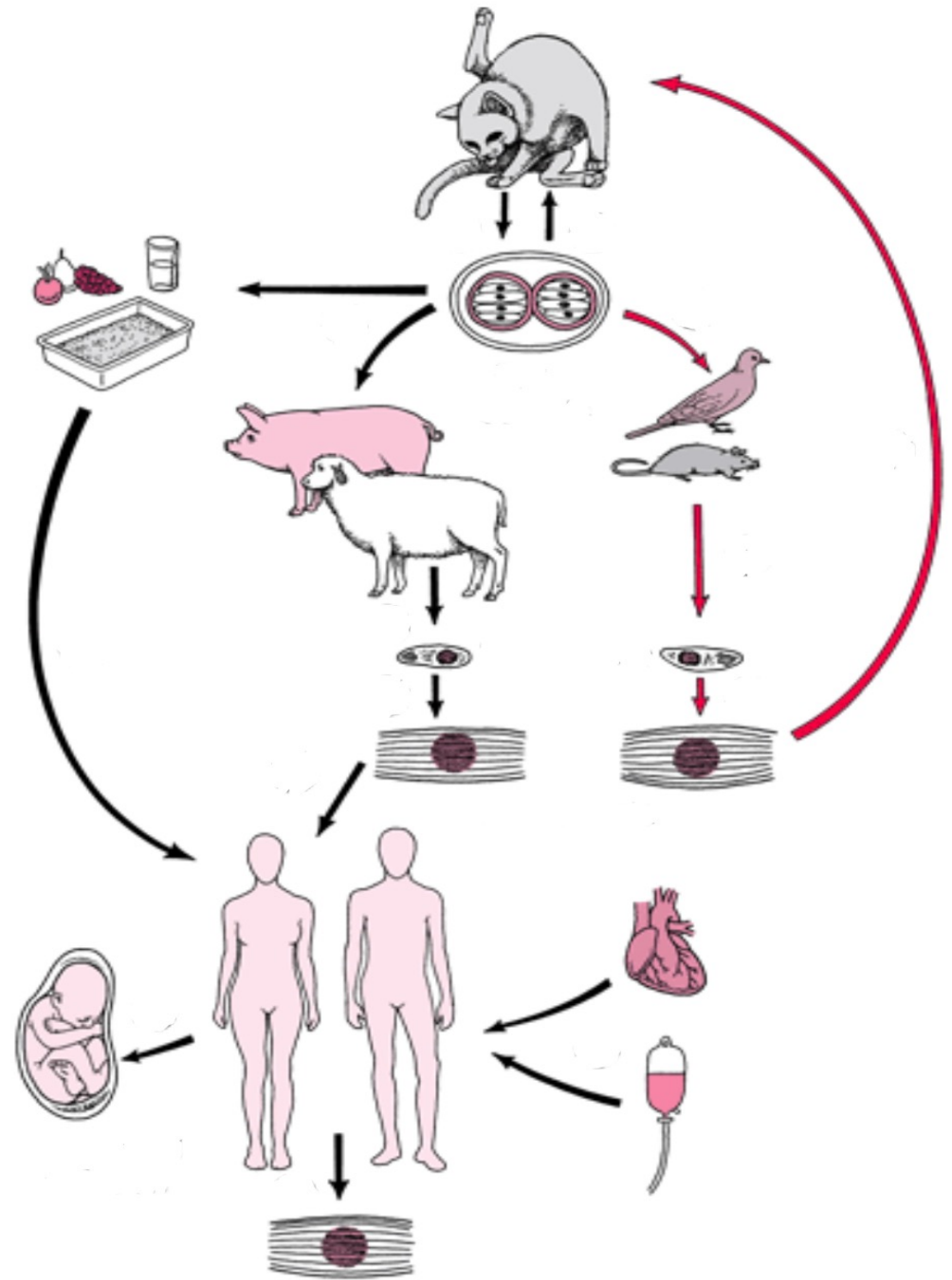
1.2.1. toksoplazma;

1.2.2. rubellas vīruss;

1.2.3. citomegalovīruss;

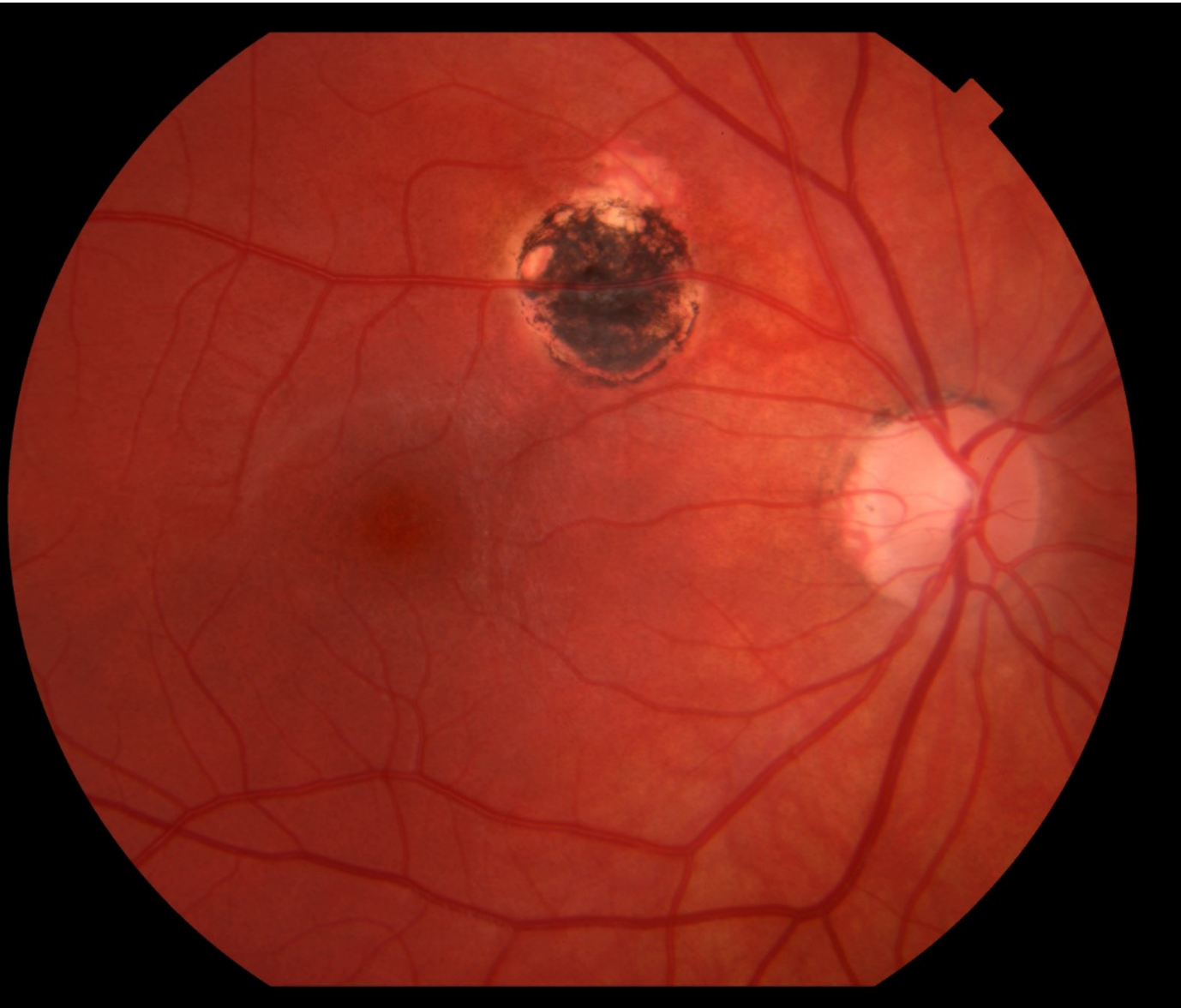
1.2.4. herpes vīruss;

Toxoplasma gondii dzīves cikls



<https://www.msdmanuals.com/en-ip/professional/SearchResults?query=toxoplasma+gondii&page=1>

Šajā attēlā ir redzama tīklenes rēta (augšējais centrs), ko izraisa toksoplazmozes infekcija.



*Paul Whitten/SCIENCE
PHOTO LIBRARY*

Toksoplazmoze Latvijā

		Skaitis
		Latvija
Toksoplazmoze (iedzimtā)	2017	0
	2018	0
	2019	1
	2020	0

Avots:F010. Saslimstība ar infekcijas slimībām pa reģioniem

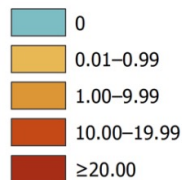
https://statistika.spkc.gov.lv/pxweb/lv/Health/Health_Saslimstiba_Slimibu_Izplatiba_Infekcijas_un_parazitaras_slmibas/IN_F010_Saslimstiba_ar_inf_kopa_regioni.px/table/tableViewLayout2/

Rubellas vīrusa izplatība Eiropā

Figure 6. Rubella notification rate per million population by country, EU/EEA, 1 December 2018–30 November 2019



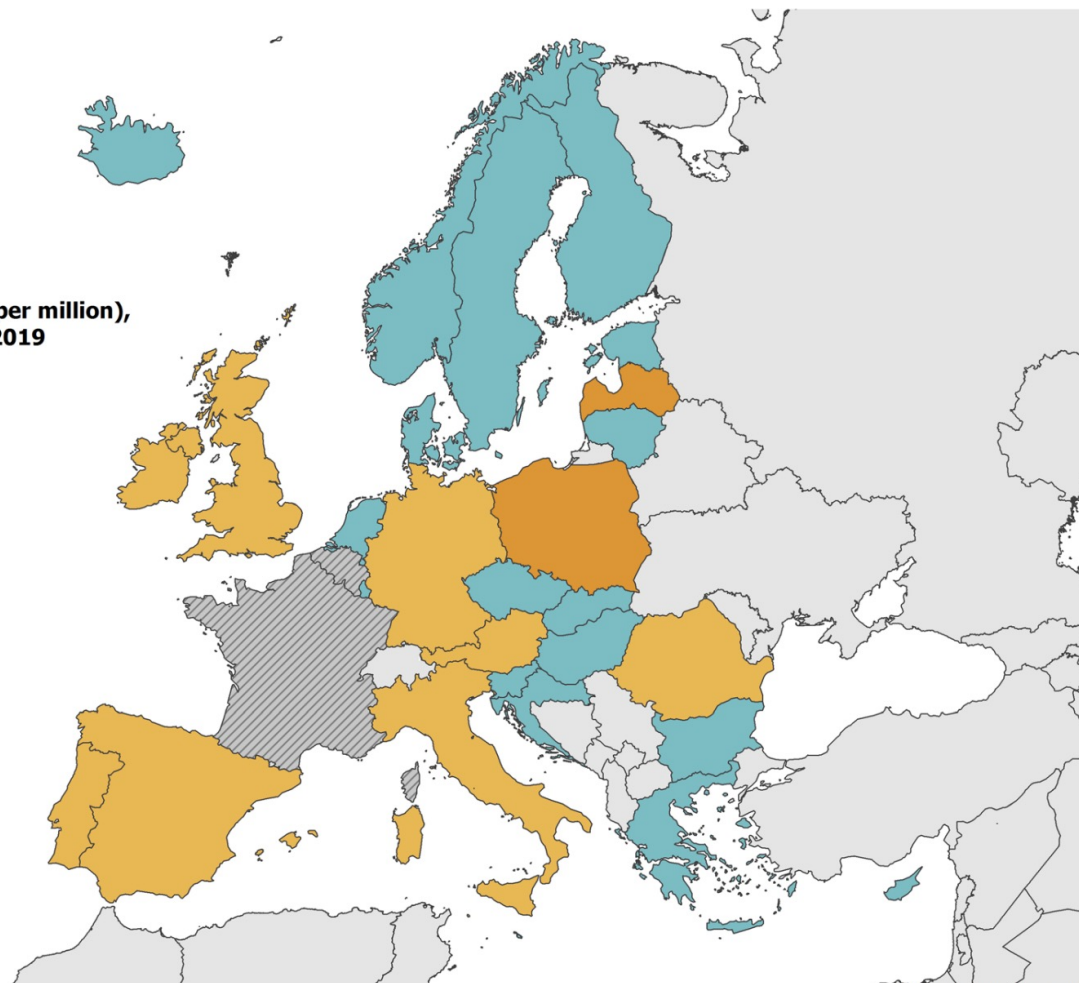
**Notification rate of rubella (per million),
December 2018–November 2019**



No data
 Not included

Countries not visible
in the main map extent

Luxembourg
 Malta



ECDC.Map produced 26 Dec 2019

<https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/measels-rubella-monthly-report-january-2020.pdf>

Rubellas vīrusa izplatība Eiropā

(01.12.2018.-30.11.2019.)

- ✓ 10 ES/EEZ dalībvalstis ziņoja par **421** masaliņu gadījumu, **49** (12 %) no kuriem bija laboratoriski apstiprināti
- ✓ 18 valstis nav ziņojušas par gadījumiem 12 mēnešu laikā.
- ✓ Vislielāko gadījumu skaitu ziņoja: Polija (310), Vācija (60), Itālija (20), Spānija (12) un Rumānija (5)
- ✓ Virs ES/EEZ vidējā līmeņa (1,0) ziņoja Polija (8,2) un **Latvija (1,6)** (uz 1 milj. iedzīvotāju).
- ✓ **Latvija** ziņoja par **3** gadījumiem, no tiem **1** laboratoriski apstiprināts).
- ✓ Polijas dati ir jāinterpretē piesardzīgi, jo tikai 4 no 310 gadījumiem (1%) tika apstiprināti laboratoriski.
- ✓ Vislielākais skaits starp Polijas ziņotajiem gadījumiem bija bērniem –
 - 94 (30%) gadījumi bērniem vecumā no 1 līdz 4 gadiem
 - 82 (26%) gadījumi bērniem vecumā no 5 līdz 9 gadiem
 - 44 (14%) gadījumi pieaugušajiem vecumā no 30 gadiem.
- ✓ 12 mēnešu periodā netika ziņots par nāves gadījumiem, kas saistīti ar masaliņām.

Rubellas izplatība Latvijā

INF010. Saslimstība ar infekcijas slimībām pa reģioniem

		Skaits
		Latvija
Masaliņas	2017	0
	2018	3
	2019	3
	2020	0
	2021	0

Avots:F010. Saslimstība ar infekcijas slimībām pa reģioniem

https://statistika.spkc.gov.lv/pxweb/lv/Health/Health_Saslimstiba_Slimibu_Izplatiba_Infekcijas_un_par_azitaras_slimibas/INF010_Saslimstiba_ar_inf_kopa_reioni.px/table/tableViewLayout2/

Rubellas izplatība Latvijā

INF030. Bērnu (0-17 gadi) saslimstība ar infekcijas un parazitārajām slimībām pa reģioniem

		Skaits
		Latvija
Masaliņas (B06; M01.4; P35.0)	2008	8
	2009	6
	2010	0
	2011	1
	2012	3
	2013	0
	2014	1
	2015	0
	2016	0
	2017	0
	2018	2
	2019	1
	2020	0
2021	0	

Avots: INF030. Bērnu (0-17 gadi) saslimstība ar infekcijas un parazitārajām slimībām pa reģioniem

https://statistika.spkc.gov.lv/pxweb/lv/Health/Health_Saslimstiba_Slimibu_Izplatiba_Infekcijas_un_parazitaras_slimibas/INF030_Saslimstiba_ar_inf_berni_regioni.px/table/tableViewLayout2/

CITOMEGALOVĪRUSA (CMV) INFEKCIJA

Citomegalovīrusa (CMV) infekcija ir biežākais iedzimta sensoneirāla dzirdes zuduma un psihomotorās retardācijas iemesls bērniem.

CMV daudz biežāk **izraisa smagus neiroloģiskus bojājumus zīdaiņiem** nekā bakteriāls smadzeņu apvalku iekaisums, iedzimto masaliņu sindroms vai jaundzimušo herpes simplex vīrusa infekcija.

Augsts **CMV inficēšanās risks ir grūtniecēm, kurām ir kontakts ar maziem bērniem līdz trīs gadu vecumam!**

[https://www.rdn.lv/images/userfiles/Grutniecem/Citomegalov%C4%ABruss_\(CMV\).pdf](https://www.rdn.lv/images/userfiles/Grutniecem/Citomegalov%C4%ABruss_(CMV).pdf)

Augsts **CMV inficēšanās** risks ir grūtniecēm, kurām ir kontakts ar maziem bērniem līdz trīs gadu vecumam!

Inficēti bērni izdala **CMV ar siekalām, deguna sekrētu un urīnu.**

Grūtnieces, kurām ir ciešs kontakts ar maziem bērniem līdz trīs gadu vecumam, **gaidāmo mazuli var pasargāt no inficēšanās ar CMV:**



**Neskūpstot mazu bērnu uz lūpām!
Izvairoties no kontakta ar siekalām!**

Grūtniecība noris tikai 9 mēnešus, kuros grūtnieces var pasargāt savu gaidāmo mazuli no inficēšanās ar CMV, noskūpstot bērnu uz pieres nevis lūpām.



Ievērojot roku higiēnu!

Mazgājot rokas ar ziepēm un tekošu ūdeni vismaz 15 sekundes un rūpīgi nosusinot rokas pirms un pēc kontakta ar bērna siekalām, deguna sekrētu vai urīnu.



Topošajam tētīm arī jāievēro divi iepriekš minētie nosacījumi, kas viennozīmīgi samazina inficēšanās risku.

CMV nav dzīvotspējīgs, ja siekalas izžūst.

CMV pazūd no virsmas mazāk nekā piecās minūtēs.

CMV pazūd no rokām mazāk nekā piecpadsmit minūtēs.

Darba vides faktori un darbi, kuriem aizliegts pakļaut un kuros aizliegts nodarbināt grūtnieces un sievietes, kas baro bērnu ar krūti MK 660 3.pielikums

2. Darba vides faktori, kuriem aizliegts pakļaut **grūtnieces**:

.....

1.3. ķīmiskie faktori:

1.3.1. svins un tā savienojumi tiktāl, cik tos ir spējīgs absorbēt cilvēka organisms;

1.3.2. arsēns un tā savienojumi;

1.3.3. fosfors un tā savienojumi.

Darba vides faktori un darbi, kuriem aizliegts pakļaut un kuros aizliegts nodarbināt grūtnieces un sievietes, kas baro bērnu ar krūti MK 660

3.pielikums

2. Darba vides ķīmiskie faktori, kuriem aizliegts pakļaut sievietes, kas baro bērnu ar krūti:

2.1. svins un tā savienojumi tiktāl, cik tos ir spējīgs absorbēt cilvēka organisms;

2.2. berilijs un tā savienojumi;

2.3. kadmijs un tā savienojumi.

3. Darbs pazemē (šāhtās).

Darba aizsardzības prasības darba vietās MK359

III. Darba devēja pienākumi

30. Nodarbināto drošībai un veselības aizsardzībai darba vietās darba devējs nodrošina:

30.7. grūtniecēm vai sievietēm pēcdzemdību periodā (līdz 1 gadam) – ***iespēju atgulties un atpūsties piemērotos apstākļos atbilstoši higiēnas prasībām.***

Sievietēm, kuras baro bērnu ar krūti, minētos apstākļus nodrošina visā barošanas laikā.