



Zürich, 12. Januar 2025

Checkliste Gefährdungen während der Schwangerschaft

Erläuterungen zu den einzelnen Fragen und eventuelle Schutzmassnahmen befinden sich in einem separaten Dokument.

Sind Sie erhöhten physischen Belastungen ausgesetzt?

Arbeits- und Ruhezeiten, Arbeitsorganisation

- | | ja | nein | unsicher |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. Arbeiten Sie regelmässig über 9 Stunden? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Müssen Sie in den 8 Wochen vor der Geburt des Kindes zwischen 20:00 Uhr und 06:00 Uhr arbeiten? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Müssen Sie regelmässig* rückwärts rotierende Schichten (Nachtschicht → Spätschicht → Frühschicht) oder drei hintereinander liegende Nachtschichten ausführen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Üben Sie bereits in den ersten 8 Wochen nach der Niederkunft wieder Ihre Arbeit aus? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Verrichten Sie Akkordarbeit oder wird Ihre Arbeit durch eine Maschine oder technische Einrichtung vorgegeben, die Sie nicht beeinflussen können? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

* Definition in den Erläuterungen unter der genannten Nummer

Schwere körperliche Arbeit

Werdenden Müttern darf keine schwere körperliche Arbeit wie z.B. Heben und Tragen von Patienten/grösseren Tieren oder Lasten zugemutet werden.

- | | ja | nein | unsicher |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 6. Verrichten Sie Arbeiten, bei denen regelmässig* Lasten von mehr als 5 kg Gewicht oder gelegentlich* Lasten von bis zu 10 kg Gewicht ohne mechanische Hilfsmittel von Hand gehoben, bewegt oder befördert werden müssen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. Falls Sie hauptsächlich stehende Arbeiten ausüben: müssen Sie ab dem 4. Schwangerschaftsmonat unter einer der folgenden Bedingungen arbeiten: | | | |
| a. Ihre tägliche Ruhepause beträgt <u>weniger</u> als 12 Stunden. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b. Sie können keine zusätzlichen Kurzpausen von 10 Minuten nach jeder zweiten Arbeitsstunde machen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. Verrichten Sie ab dem 6. Monat der Schwangerschaft Arbeiten, bei denen Sie täglich über 4 Stunden stehen müssen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. Verrichten Sie Arbeiten, bei denen Sie sich häufig* erheblich strecken oder beugen, oder bei denen Sie dauernd kauern oder sich gebückt halten müssen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. Verrichten Sie Arbeiten, bei denen Sie Stössen, Vibrationen oder dauernden Erschütterungen ausgesetzt sind? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. Sind Sie bei der Arbeit Kälte, Nässe oder Hitze ausgesetzt? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

* Definition in den Erläuterungen unter der genannten Nummer

Unfallgefahren

- | | ja | nein | unsicher |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 12. Führen Sie Arbeiten aus, bei denen die Gefahr des Ausgleitens oder Stürzens besteht? (Bsp.: nasse Böden, auf Leitern; Fensterreinigen usw.) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Diese Checkliste basiert auf der gleichnamigen Checkliste der Fachstelle Sicherheit und Umwelt des Universitätsspitals Zürich (USZ) und ist mit ihr abgeglichen. Sie ist auf die Bedürfnisse und Risiken der Universität Zürich (UZH) angepasst.

Mitarbeiterinnen der Universität Zürich (UZH), die am USZ arbeiten, empfehlen wir, auch die Checkliste des USZ (im Intranet des USZ einsehbar) zu konsultieren.



Physikalische Gefährdungen

Schwangere dürfen nicht an Arbeitsplätzen mit Schalldruckpegeln > 85 dB (A) eingesetzt werden. Ebenso sind Tätigkeiten unter Überdruck sowie in sauerstoffreduzierter Atmosphäre verboten.

- | | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | ja | nein | unsicher |
| 13. Sind Sie bei Ihrer Arbeit erheblichem Lärm ausgesetzt? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. Arbeiten Sie unter Einwirkung von Ultraschall oder Infraschall? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. Führen Sie Arbeiten unter Überdruck aus? (z.B. in Druckkammern, Tauchen) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. Führen Sie Arbeiten in Räumen mit sauerstoffreduzierter Atmosphäre aus? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Sind Sie ionisierender Strahlung ausgesetzt?

Röntgenstrahlung

Nur während Schwangerschaft relevant (Gefährdung des ungeborenen Kindes), nicht während Stillzeit.

- | | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | ja | nein | unsicher |
| 17. Arbeiten Sie mit oder in der Nähe von Röntgenanlagen zur Durchleuchtung oder zur Herstellung von Aufnahmen (Röntgendiagnostik, Gipszimmer, OPS, andere Röntgenanlagen)? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Radioaktive Stoffe

Während Schwangerschaft und Stillzeit relevant.

- | | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | ja | nein | unsicher |
| 18. Arbeiten Sie in Bereichen, in welchen radioaktive Stoffe in offener oder in geschlossener Form verwendet werden, z.B. in Laboratorien, therapeutischen oder diagnostischen Bereichen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Sind Sie schädlichen Chemikalien ausgesetzt?

Im Allgemeinen bedeutet der Umgang mit Chemikalien für Mutter und Kind keine Gefährdung, wenn die allgemein gültigen Grenzwerte (MAK¹ und KZGW²-Werte), wie sie in der Grenzwertliste der Suva³ aufgelistet sind, eingehalten werden. Bei einigen Chemikalien, die für Mutter und Kind nach heutigem Stand des Wissens schädlich sind, ist besondere Vorsicht geboten.

Chemikalien

- | | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | ja | nein | unsicher |
| 19. Arbeiten Sie mit Gefahrstoffen, welche mit der Kennzeichnung R40, R45, R46, R49, R60, R61, R62, R63 oder R64 versehen sind (auf der jeweiligen Verpackung oder im Sicherheitsdatenblatt zu finden)? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20. Arbeiten Sie mit Quecksilber oder Quecksilberverbindungen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 21. Arbeiten Sie mit Zytostatika? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22. Sind Sie bei Ihrer Arbeit der Einwirkung von Kohlenmonoxid ausgesetzt? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

¹ MAK = Maximale Arbeitsplatzkonzentration

² KZGW = Kurzzeitgrenzwerte

³ SUVA «Grenzwerte am Arbeitsplatz 2009», Bestellnr. 1903,
<https://www.suva.ch/de-ch/services/grenzwerte#gnw-location=%2F>

Diese Checkliste basiert auf der gleichnamigen Checkliste der Fachstelle Sicherheit und Umwelt des Universitätsspitals Zürich (USZ) und ist mit ihr abgeglichen. Sie ist auf die Bedürfnisse und Risiken der Universität Zürich (UZH) angepasst.

Mitarbeiterinnen der Universität Zürich (UZH), die am USZ arbeiten, empfehlen wir, auch die Checkliste des USZ (im Intranet des USZ einsehbar) zu konsultieren.



Sind Sie unter Umständen Krankheitserregern ausgesetzt?

Allgemein darf mit pathogenen Organismen bzw. (potenziell) infektiösen Patienten oder infektiösem (Patienten-)Material nur umgegangen werden, wenn geeignete Schutzmassnahmen getroffen wurden und (falls möglich) bei den Arbeitnehmenden eine Immunität gegenüber den entsprechenden Krankheitserregern besteht. Dies ist für alle Angestellten gültig und nicht ausschliesslich für Schwangere. Wenn also die generellen Sicherheitsmassnahmen (siehe Standardmassnahmen unter Punkt 23) eingehalten werden, werden gefährliche Ansteckungen für Sie und Ihr Kind vermieden.

Beim Umgang mit Menschen als Patienten (USZ sowie Zentrum für Zahn- Mund- und Kieferheilkunde) sind dringend die von der Spitalhygiene des Universitätsspitals Zürich (USZ) respektive die von den Hygieneverantwortlichen des ZZMK erarbeiteten Standardmassnahmen einzuhalten. Beim Umgang mit Menschen als Probanden/Klienten (Rechtsmedizin, andere Institute), menschlichem Gewebe (Rechtsmedizin, Anatomie, Diagnostik) sowie mit Tieren (Patienten, Versuchstiere, Tierkörper), gelten die entsprechenden Bestimmungen der Sicherheitsverantwortlichen/-beauftragten der einzelnen Institute und Kliniken.

In Laborräumlichkeiten verhindern die im jeweiligen Biosicherheitskonzept definierten Massnahmen bei allen Arbeitnehmenden eine Übertragung von Krankheitserregern und eine allfällige Infektion. Die Schutzmassnahmen, welche von der Fachstelle Sicherheit und Umwelt respektive von den Sicherheitsbeauftragten der entsprechenden Institute getroffen wurden, sind so konzipiert, dass alle Arbeitnehmenden vor Ansteckungen genügend geschützt sind.

Schutzmassnahmen

Falls Sie in einem der genannten Bereiche arbeiten, sollten Ihnen die für diesen Bereich bestehenden Standardmassnahmen beim Umgang mit möglicherweise infektiösem Material bekannt sein.

23. Sind für Sie die oben erwähnten Standardmassnahmen neu?

ja	nein	unsicher
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Dem Umgang mit fruchtschädigenden Organismen möchten wir dennoch besondere Beachtung schenken. Wir bitten Sie daher, die nachfolgenden Fragen zu beantworten und ggf. Abklärungen zu treffen, damit anschliessend entschieden werden kann, ob im Einzelfall zusätzliche Schutzmassnahmen zu den Standardmassnahmen ergriffen werden müssen. Mitarbeiterinnen der Universität Zürich, welche am USZ tätig sind, bitten wir zudem, auch die Checkliste zum Mutterschutz am USZ zu beachten.

Diese Checkliste basiert auf der gleichnamigen Checkliste der Fachstelle Sicherheit und Umwelt des Universitätsspitals Zürich (USZ) und ist mit ihr abgeglichen. Sie ist auf die Bedürfnisse und Risiken der Universität Zürich (UZH) angepasst.

Mitarbeiterinnen der Universität Zürich (UZH), die am USZ arbeiten, empfehlen wir, auch die Checkliste des USZ (im Intranet des USZ einsehbar) zu konsultieren.



Ist Ihr Immunstatus in Ordnung? (Betrifft alle Mitarbeiterinnen der Universität im gebärfähigen Alter, welche bei ihrer Arbeit in Kontakt mit den nachfolgenden Krankheitserregern kommen, insbesondere auch Mitarbeiterinnen, welche im Universitätsspital Zürich (USZ) tätig sind).

Gegen einige, besonders für Schwangere respektive den Föten gefährliche und gleichzeitig verhältnismässig häufige Krankheitserreger, ist eine Immunisierung durch Impfung möglich (oft muss die Impfung aber vor der Schwangerschaft vorgenommen werden!).

24. Fehlt Ihnen ein Immunstatus (Impfschutz) gegenüber

- Hepatitis B
- Masern
- Mumps
- Poliovirus
- Röteln
- Varizella-Zoster-Virus

ja	nein	unsicher
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Chirurgische Tätigkeiten

25. Sind Sie invasiv chirurgisch tätig (Medizin, Zahnmedizin, Tiermedizin)?

ja	nein	unsicher
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Arbeit mit Tieren

26. Arbeiten Sie mit Tieren?

ja	nein	unsicher
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Spezialfall Diagnostik- und Forschungslabors

Im Gegensatz zur reinen Exposition gegenüber Krankheitserregern werden in Labors unter Umständen Krankheitserreger angereichert, wodurch sich das Risiko erhöht.

27. Arbeiten Sie in einem Diagnostik- oder Forschungslabor? Falls ja, beantworten Sie bitte zusätzlich die Fragen 29-30.

ja	nein	unsicher
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

28. Arbeiten Sie in einem Labor der Biosicherheitsstufe 3 (BL3 Labor)?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

Nur beantworten, wenn Frage 27 mit ja beantwortet worden ist.

Klären Sie diese Fragen ggf. auch mit Ihrem Hausarzt / Ihrer Hausärztin oder Ihrer Gynäkologin / Ihrem Gynäkologen ab.

29. Arbeiten Sie mit den folgenden Organismen und weisen keine Immunität gegenüber diesen Organismen auf?

- Cytomegalievirus
- Hepatitis A Virus
- Parvovirus B19
- Toxoplasma gondii

ja	nein	unsicher
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Diese Checkliste basiert auf der gleichnamigen Checkliste der Fachstelle Sicherheit und Umwelt des Universitätsspitals Zürich (USZ) und ist mit ihr abgeglichen. Sie ist auf die Bedürfnisse und Risiken der Universität Zürich (UZH) angepasst. Mitarbeiterinnen der Universität Zürich (UZH), die am USZ arbeiten, empfehlen wir, auch die Checkliste des USZ (im Intranet des USZ einsehbar) zu konsultieren.



Fortsetzung zu Frage 30: Arbeiten Sie mit einem oder einigen der folgenden Organismen?

Pilze	ja	nein	unsicher
– Blastomyces dermatitidis (resp. Ajellomyces dermatidis)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Cladophialophora bantiana und devriesii (Cladiospora)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Coccidioides immitis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Cryptococcus neoformans (inkl. var. gattii, grubii, neoformans), Filobasidiella neoformans (var. bacillispora, neoformans)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Histoplasma capsulatum (inkl. var. capsulatum, duboisii, farciminosum), (resp. Ajellomyces capsulatum)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Paracoccidioides brasiliensis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Penicillium marneffeii	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Ramichloridium mackenziei	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Parasiten	ja	nein	unsicher
– Acanthamoeba castellani (PAM und GAE)* (Z)*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Balamuthia mandrillaris (GAE) (Z)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Naegleria fowleri (PAM)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Plasmodium falciparum (RES/im Vektor)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Toxoplasma gondii (Z)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Trypanosoma brucei (rhodesiense, gambiense) (RES/im Vektor) (Z), Trypanosoma cruzi (Z)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Leishmania brasiliensis, Leishmania donovani (RES/latent)* (Z)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Echinokokken (multilocularis, granulosus, vogeli, oligarthrus) (RES/patent) (Z)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Taenien (T. multiceps, serialis, solium) (RES/patent)* (Z)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

* Definition in den separaten Erläuterungen

Diese Checkliste basiert auf der gleichnamigen Checkliste der Fachstelle Sicherheit und Umwelt des Universitätsspitals Zürich (USZ) und ist mit ihr abgeglichen. Sie ist auf die Bedürfnisse und Risiken der Universität Zürich (UZH) angepasst. Mitarbeiterinnen der Universität Zürich (UZH), die am USZ arbeiten, empfehlen wir, auch die Checkliste des USZ (im Intranet des USZ einsehbar) zu konsultieren.