

## الإطار العام لنظام إمارة أبوظبي للسلامة والصحة المهنية

### الدليل الإرشادي الفني

### دليل أصحاب العمل بشأن الأمهات حديثات الولادة والحوامل

الإصدار (3.1)

نوفمبر 2017

ABU DHABI PUBLIC  
HEALTH CENTRE

مركز أبوظبي  
للصحة العامة



## Important Note:

(Document Republished for Continued Implementation  
under Abu Dhabi Public Health Center)

(إعادة نشر الوثيقة لاستمرار التطبيق بإشراف مركز أبوظبي للصحة العامة)



ADPHC\_AE



ADPHCAE



ADPHC.AE



ADPHC-AE

WWW.ADPHC.GOV.AE



+971 56 231 2171

## جدول المحتويات

1- مقدمة.....	3
2- تقييم المخاطر في مكان العمل.....	4
1-2 قبل إبلاغ صاحب العمل عن الحمل أو الولادة الحديثة أو الإرضاع الطبيعي.....	4
3- التدريب.....	6
4- الإبلاغ عن الحمل أو الولادة الحديثة أو الإرضاع الطبيعي.....	7
5- تقييم المخاطر الخاص بالأمهات حديثات الولادة والحوامل.....	8
1-5 إجراء تقييم للمخاطر المرتبطة بالأمهات والحوامل.....	10
2-5 جمع المعلومات.....	10
3-5 المسائل الواجب مراعاتها أثناء عملية تقييم المخاطر.....	11
4-5 الأخطار المرتبطة بالأمهات والحوامل.....	12
5-5 التواصل والتشاور.....	20
6-5 مراجعة تقييم المخاطر.....	20
6- العودة للعمل.....	22
7- الإرضاع الطبيعي في مكان العمل.....	23
8- المراجع.....	24
9 / سجل تعديل الوثيقة.....	25
الملحق (1): نموذج تقييم المخاطر.....	26

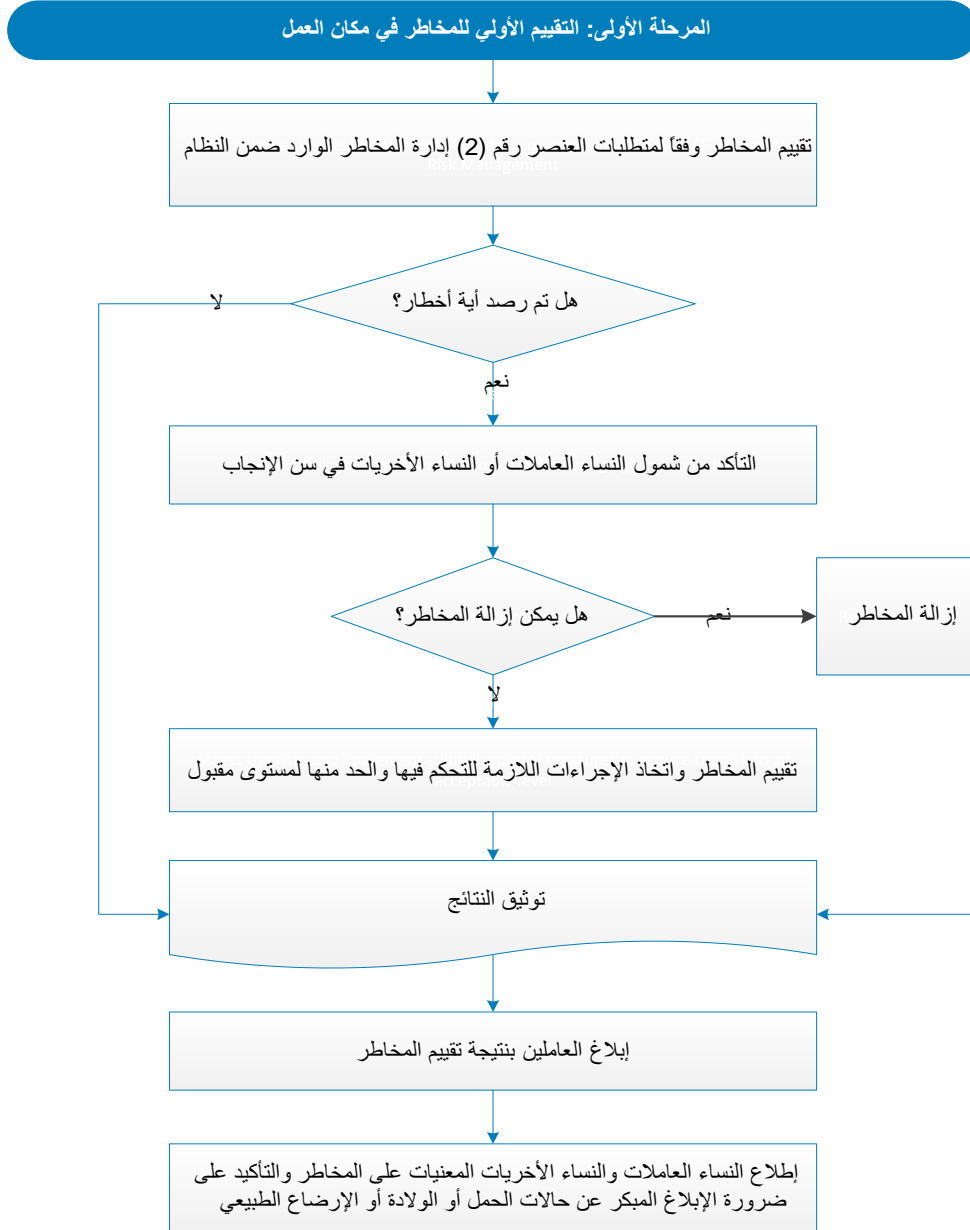
## 1- مقدمة

- (أ) يؤمن مركز أبوظبي للسلامة والصحة المهنية بأن جميع الأشخاص لديهم حق متساوٍ في الحماية من الأخطار في العمل، إلا إن ذلك لا يعني بالطبع معاملة جميع الأشخاص بنفس الطريقة. فعلى سبيل المثال، قد لا تكون دائماً الوظائف التي يؤديها الرجال هي نفسها التي تؤديها النساء، وكذلك يمكن أن تختلف ظروف العمل، وبالتالي قد تؤثر هذه العوامل على الأخطار التي يواجهها الموظفون في العمل وأيضاً في الطريقة اللازم اتباعها لتقييم المخاطر والتحكم بها، وهو ما ينطبق بصورة أكبر على النساء في ظروف الحمل أو بعد الولادة.
- (ب) إن المتطلبات الواردة ضمن الإطار العام لنظام إمارة أبوظبي للسلامة والصحة المهنية تسري على كافة أماكن العمل وجميع العاملين، ويجب تنفيذها حسبما يلزم ذلك بغض النظر عن نوع العاملين، إلا إن الإرشادات الواردة في هذه الوثيقة تستهدف بصفة خاصة النساء العاملات من الأمهات حديثات الولادة والحوامل.
- (ج) يمكن للحمل أن يتسبب في إحداث تغييرات كثيرة لدى المرأة، وبشكل يتفاوت وفقاً لظروف كل امرأة على حدة. وهذه التغييرات ربما تتداخل أو لا تتداخل مع قدرة المرأة العاملة على ممارسة عملها بالطريقة المعتادة.
- (د) إن الحمل والولادة يعتبران جزءاً طبيعياً من حياة المرأة، وبالتالي لا يجوز المساواة بينهما وبين اعتلال الصحة، علماً بأن الكثير من النساء يعملن أثناء الحمل ويعدن إلى العمل أثناء فترة الإرضاع الطبيعي.
- (هـ) إن الغرض من هذا الكتيب هو توعية أصحاب العمل بشأن الإجراءات التي يمكنهم اتخاذها من أجل المساعدة على توفير مكان عمل يحافظ على صحة وسلامة النساء العاملات عند حملهن أو عند عودتهن للعمل بعد الولادة.

## 2- تقييم المخاطر في مكان العمل

### 1-2 قبل إبلاغ صاحب العمل عن الحمل أو الولادة الحديثة أو الإرضاع الطبيعي

- (أ) وفقاً لمتطلبات العنصر (2) إدارة المخاطر، والوارد ضمن الإطار العام لنظام إمارة أبوظبي للصحة والسلامة المهنية، فإنه يجب على كافة أصحاب العمل وأماكن العمل إجراء تقييم للمخاطر في أنشطتهم ومشاريعهم. وفي إطار عملية تقييم المخاطر يجب على أصحاب العمل التأكد من رصد أية أخطار قد تؤثر على سلامة وصحة العاملين أو الأشخاص المعنيين بما يشمل النساء العاملات في سن الإنجاب.
- (ب) في معظم الأحيان لا يتم اكتشاف الحمل عادة قبل مرور فترة تتراوح بين أربعة إلى ستة أسابيع. ولذلك من المهم أن يتأكد أصحاب العمل من رصد الأخطار والمخاطر المرتبطة بكافة النساء العاملات في سن الإنجاب ومن ثم تطبيق إجراءات التحكم اللازمة.
- (ج) ينبغي أن تراعي عملية تقييم المخاطر أن بعض الأخطار يمكن أن تمثل مخاطر مختلفة في مراحل الحمل المختلفة. وعادة يتم وضع حدود التعرض للمواد الخطرة وغيرها من العوامل بحيث تكون في مستويات لا تعرض المرأة الحامل أو المرضعة أو أطفالهن للمخاطر (وإن كانت حدود التعرض بالنسبة للحوامل في بعض الحالات أقل من تلك الخاصة بباقي العاملين). لذا فإن التحكم في المخاطر العامة في مكان العمل بصورة صحيحة من شأنه الحد من الحاجة إلى اتخاذ إجراءات خاصة لحماية الأمهات حديثات الولادة أو الحوامل.
- (د) من أمثلة ما تقدم هو الكيماويات التي تحمل مصطلح المخاطر R62 (Risk Phrase R62)، والتي تشكل مخاطر محتملة للإصابة بضعف الخصوبة. وبالتالي في حال استخدام الكيماويات التي تحمل هذا المصطلح، ويغض النظر عن كون النساء العاملات حوامل أم لا، فإنه يحظر تعريض النساء العاملات في سن الإنجاب لهذه الكيماويات.
- (هـ) ومن الأمثلة الأخرى مسألة المناولة اليدوية، حيث إن التغيرات الهرمونية يمكنها أن تؤثر على أربطة المفاصل بما يزيد من القابلية للإصابة، كما إن المشكلات الناتجة عن وضع الجسم يمكن أن تزداد مع تقدم مراحل الحمل.
- (و) عقب الانتهاء من تقييم المخاطر في مكان العمل، يجب على صاحب العمل التشاور مع العاملين وإبلاغهم بنتيجة تقييم المخاطر وأيضاً اطلاعهم على إجراءات التحكم قيد التطبيق. وهو ما يجب أن يتم أيضاً مع النساء العاملات في سن الإنجاب، حيث يجب على صاحب العمل التأكد من وعيهن بأية أخطار محددة قد تكون موجودة في مكان العمل ويمكن أن تؤثر على قدرتهن على الإنجاب، أو على الأجنة أثناء الحمل، أو على الرضغ أثناء فترة الإرضاع الطبيعي.
- (ز) من الضروري أن تعي النساء العاملات أهمية إبلاغ صاحب العمل كتابياً وفي أقرب وقت ممكن بشأن حملهن أو إرضاعهن لأطفالهن رضاعة طبيعية أو وضعهن لأطفال خلال فترة الستة أشهر الماضية.
- (ح) يوضح الشكل رقم (1) الوارد أدناه نبذة عن خطوات هذه العملية.



الشكل رقم (1): المرحلة الأولى من تقييم المخاطر في مكان العمل

### 3- التدريب

- (أ) عقب التقييم الأولي للمخاطر في مكان العمل ينبغي توفير بعض أنواع التدريب للعاملين. ومعظم التدريب سيتم تحديد نوعه بناء على نتائج تقييم المخاطر، إلا إنه ينبغي توفير تدريب إضافي للعاملات من الأمهات حديثات الولادة والحوامل.
- (ب) أولاً يجب على صاحب العمل التأكد من وعي مسؤولي السلامة والصحة المهنية العاملين لديه بشأن الأخطار المهنية التي تهدد الأمهات حديثات الولادة والحوامل. والهدف من هذا التدريب هو التأكد من أن برامج إدارة المخاطر وإجراءات التحكم الجاري تطبيقها في مكان العمل تراعي الأخطار أو المسائل الخاصة التي قد تكون مضرة بالنساء العاملات.
- (ج) ثانياً ينبغي توفير تدريب خاص بالنساء العاملات اللاتي في سن الإنجاب، على أن يشمل ذلك معلومات حول الأخطار في مكان العمل مع التركيز على كيفية تأثير تلك الأخطار عليهن إن كن حوامل أو مرضعات أو وضعن أطفال خلال فترة الستة أشهر الأخيرة.
- (د) يتعين أن يشمل التدريب أيضاً المعلومات اللازمة حول المطلوب من النساء العاملات أنفسهن، ويشمل ذلك ضرورة الإبلاغ المبكر عن حملهن أو إرضاعهن لأطفالهن رضاعة طبيعية أو وضعهن لأطفال خلال فترة الستة أشهر الماضية، علاوة على التأكد من وعيهم بأهمية التواصل المستمر خلال تلك الفترة والإبلاغ في أقرب وقت ممكن عن أية مشكلات يعانين منها.
- (هـ) يشمل التدريب الذي يستهدف النساء العاملات أيضاً تقديم المعلومات اللازمة حول الإجراءات التي يتخذها صاحب العمل بعد الإبلاغ.

#### 4- الإبلاغ عن الحمل أو الولادة الحديثة أو الإرضاع الطبيعي

(أ) وفقاً لمتطلبات دليل الممارسة الفني (9.1) بشأن الأمهات حديثات الولادة والحوامل، والوارد ضمن الإطار العام لنظام إمارة أبوظبي للسلامة والصحة المهنية، فإنه يجب على النساء العاملات إبلاغ أصحاب العمل في أقرب وقت ممكن بشأن حملهن أو إنجابهن لأطفال حديثي الولادة أو إرضاع أطفالهن رضاعة طبيعية. ويجب أن يكون ذلك الإبلاغ مكتوباً ويصاحبه شهادة صادرة عن طبيب مسجل. وفي حال تأخر إصدار الشهادة الصادرة عن الطبيب المسجل ينبغي ألا يؤدي ذلك لتأخر صاحب العمل في تطبيق المتطلبات الواردة في دليل الممارسة الفني المشار إليه.

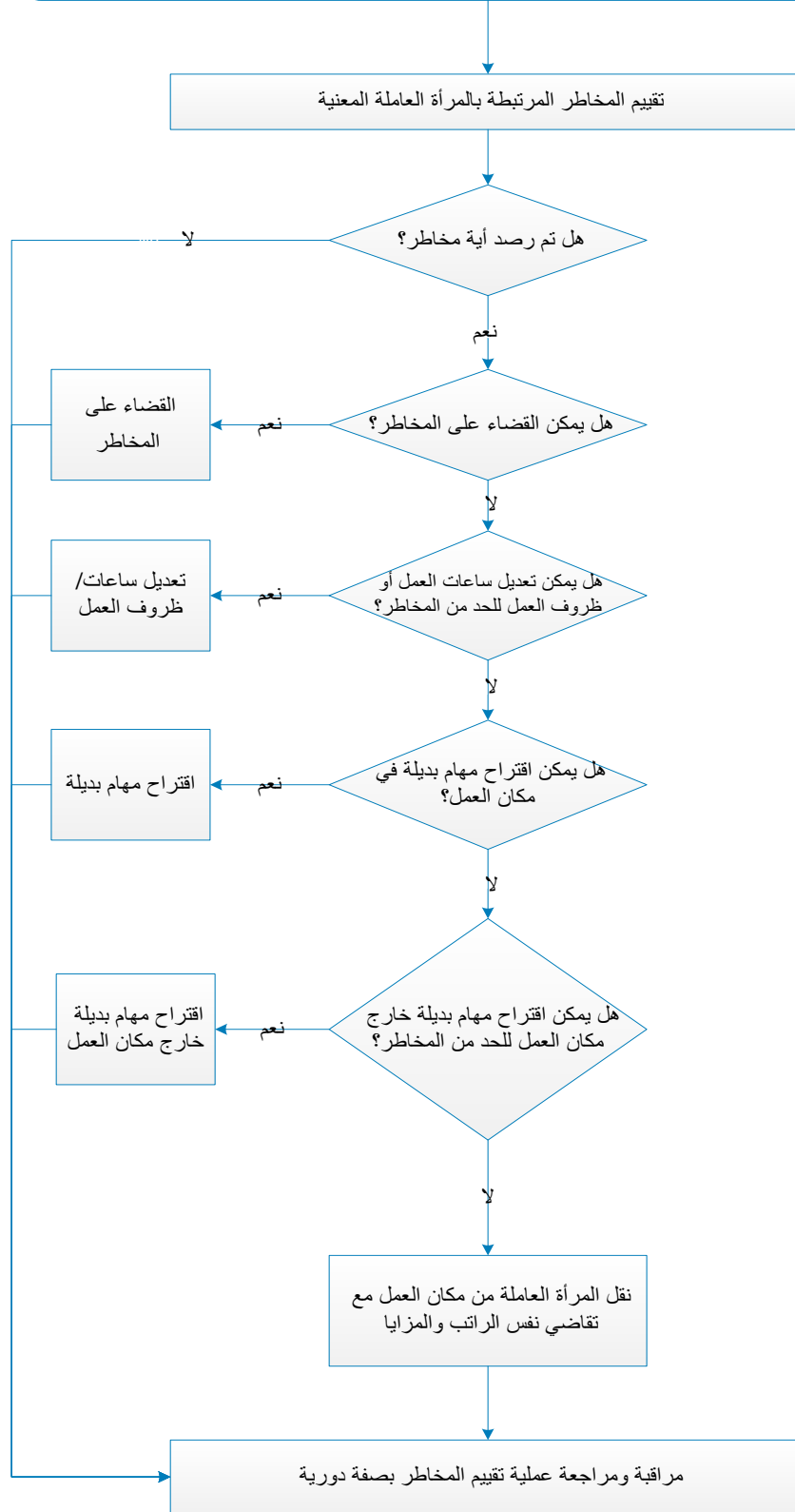
(ب) من الضروري أن يتأكد صاحب العمل من وعي جميع النساء العاملات بضرورة الإبلاغ المبكر وأسباب ذلك.



## 5- تقييم المخاطر الخاص بالأمهات حديثات الولادة والحوامل

- (أ) عقب إبلاغ المرأة العاملة لصاحب العمل بأنها حامل أو أنجبت طفلاً مؤخراً، يجب اتخاذ عدد من الإجراءات المحددة لضمان المحافظة على صحة الأم والطفل.
- ويعرض الشكل رقم (2) الوارد أدناه نبذة عن عملية تقييم المخاطر المرتبطة بالأمهات حديثات الولادة والحوامل.

المرحلة الثانية: تقييم المخاطر المرتبطة أمهات الأطفال حديثي الولادة والحوامل



الشكل رقم (2): تقييم المخاطر المرتبطة بالنساء العاملات حديثات الولادة والحوامل

## 1-5 إجراء تقييم للمخاطر المرتبطة بالأمهات والحوامل

- (أ) إن عملية تقييم المخاطر ليست بالعملية المعقدة، إلا إنه يجب إشراك المرأة العاملة المعنية فيها بصورة كاملة، كما إنه من المهم إتباع أسلوب مرن يشعرها بالتعاطف معها أثناء هذه العملية بحيث تشعر المرأة العاملة بالارتياح في هذه المرحلة التي قد تكون صعبة بالنسبة للبعض.
- (ب) ينبغي دائماً التأكد من وعي المرأة العاملة بأهداف التقييم وبحيث لا تشعر إنها مجبرة على تغيير بيئة عملها بسبب حملها أو إنجابها لطفل.
- (ج) ينبغي إجراء تقييم المخاطر عقب إجراء مناقشات مع المرأة العاملة المعنية ومع مراعاة مهام عملها، كما ينبغي مناقشة الأمر مع مديرها المباشر أيضاً للتأكد من رصد أية مخاوف أخرى ذات صلة. ويجب إجراء تقييم المخاطر في أقرب وقت معقول ممكن عقب إبلاغ صاحب العمل.
- (د) يتضمن الملحق الأول نموذجاً لعملية تقييم المخاطر المرتبطة بالنساء العاملات من الأمهات حديثات الولادة والحوامل. ويمكن لأصحاب العمل استخدام ذلك النموذج في توثيق نتائج عملية تقييم المخاطر، علماً بأن النموذج قد يحتاج إلى تعديلات بهدف ملاءمة احتياجات المؤسسة.

## 2-5 جمع المعلومات

- (أ) كما هو الحال في جميع عمليات تقييم المخاطر، فإنه كلما زادت المعلومات المتوفرة حول أنشطة الشخص المعني والإجراءات التي يتبعها، كلما زادت قدرة عملية تقييم المخاطر على رصد أية مشكلات محتملة. لذا ينبغي مراجعة العمليات التي تم إنجازها في السابق لتقييم المخاطر العامة في مكان العمل ومن ثم رصد أية مشكلات من بينها قد تؤثر على المرأة العاملة المعنية. وفي هذا ينبغي مراجعة ما يلي:
- (1) عمليات تقييم المخاطر العامة التي أجريت على الأعمال الاعتيادية
  - (2) عمليات تقييم مخاطر أنشطة المناولة اليدوية التي أجريت أثناء تأدية الأعمال الاعتيادية
  - (3) تقييم المخاطر بشأن أي كيماويات قد تكون مستخدمة في مكان العمل
  - (4) المعلومات المتعلقة بالمهام والأنشطة الاعتيادية التي يتم القيام بها
  - (5) المعلومات الشخصية مثل حالات الغياب السابقة وغيرها من المعلومات الطبية التي قد تكون مسجلة في ملف الموظف
- (ب) تساعد هذه المعلومات أصحاب العمل على رصد أية معلومات أساسية ينبغي مراعاتها أثناء عملية تقييم المخاطر. وفي حال رصدت عمليات تقييم المخاطر العامة أخطاراً يمكن أن تشكل مخاطر إضافية على المرأة العاملة الحامل فإنه يجب أخذها في الاعتبار أثناء عملية تقييم المخاطر الخاصة بالمرأة العاملة.

## 3-5 المسائل الواجب مراعاتها أثناء عملية تقييم المخاطر

### 1-3-5 الحوامل

- (أ) قد تحدث مشكلات مثل الإرهاق وألم الظهر والغثيان/التقيؤ وتورم الكاحلين والدوار حتى في أثناء حالات الحمل العادية.
- (ب) قد تتسبب أية مشكلات صحية موجودة بالفعل، مثل الصرع أو السكري أو ارتفاع ضغط الدم، في زيادة احتمال حدوث أضرار أثناء تنفيذ مهمة معينة في العمل.
- (ج) علاوة على ما سبق فإن بعض العوامل المرتبطة بالعمل، مثل الوقوف لفترات تتجاوز ثلاث ساعات بشكل متواصل أو لما مجموعه خمس ساعات يومياً أو الفترات الطويلة من أعمال الرفع والانحناء، قد يترتب عليها آثار ضارة تراكمية.

### 2-3-5 المرضعات

- (أ) على الرغم من إن الأمهات حديثات الولادة ربما لا يرضعن أطفالهن رضاعة طبيعية أثناء وجودهن في العمل إلا إنهن قد يحتجن إلى استحلاب اللبن، ويجب على أصحاب العمل توفير ما يلزمهن لفعل ذلك علاوة على المرافق المطلوبة لتخزين اللبن.
- (ب) يمكن تخزين اللبن المستحلب من الأم في ثلاجة إذا كان ذلك يتم في حاوية محكمة الإغلاق وعليها ملصق يوضح محتوياتها.

### 3-3-5 العودة إلى العمل

- (أ) من الضروري التواصل/التنسيق المستمر مع المرأة العاملة لضمان الإدارة الفعالة لجوانب صحة وسلامة الأمهات حديثات الولادة والحوامل.

### 4-3-5 أثناء الحمل

- (أ) إذا عادت المرأة العاملة إلى العمل بعد غياب بسبب المرض أثناء فترة الحمل، يجب ألا يتم ذلك سوى بموافقة من طبيبها.
- (ب) قد يكون من الضروري إجراء تعديلات مؤقتة على ظروف/ساعات عمل المرأة العاملة أو تكليفها بأداء مهام بديلة بهدف تسهيل عودتها إلى العمل بنجاح.

### 5-3-5 بعد الولادة

- (أ) عند العودة من إجازة الأمومة يجب أن تجتمع المرأة العاملة مع مدير قسم الموارد البشرية وإجراء تقييم شامل للمخاطر قبل عودتها إلى العمل.

- (ب) يجب الحصول على موافقة الطبيب بشأن أي امرأة ترغب في العودة للعمل قبل الخضوع لفحوصات ما بعد الولادة.
- (ج) في حال الولادة القيصرية: يمكن لأعمال المناولة اليدوية أن تتسبب في مخاطر على المرأة العاملة التي أنجبت طفلاً مؤخراً عن طريق الولادة القيصرية، وقد يكون من الضروري وضع قيود مؤقتة على أعمال الرفع والمناولة حتى فترة تصل إلى 12 شهراً بعد الولادة.
- (د) في حالة عودة أي امرأة إلى العمل بعد إجهاض حملها/ولادة طفل ميت يجب التعامل معها بطريقة متفهمة ومتكئمة.

#### 4-5 الأخطار المرتبطة بالأمهات والحوامل

- (أ) عند إجراء تقييم للمخاطر المرتبطة بإحدى الأمهات حديثات الولادة أو الحوامل يجب التأكد من أن ذلك التقييم خاص بالمرأة العاملة المعنية وظروف عملها، حيث تتفاوت النساء بصورة كبيرة في قدرتهن على أداء مهام العمل أثناء الحمل. وفي هذا يجب مراعاة كل من المتطلبات البدنية اللازمة لأداء العمل وصحة المرأة العاملة وقوتها البدنية ولياقتها ومرحلة الحمل. وعند تقييم أية مخاطر يجب مراعاة المعلومات الطبية التي يتم تقديمها لأنه قد يكون لها تأثير على القدرة على أداء مهام العمل.
- (ب) على سبيل المثال تتغير وضعية وقوف المرأة الحامل لتتكيف مع حجم جسمها الأخذ في الزيادة، وهو ما يؤثر على طريقة تفاعلها مع الأخطار المختلفة في العمل، وبالتالي ينبغي مراعاة ذلك أثناء تقييم المخاطر.
- (ج) يستعرض الجدول رقم (1) أدناه عدداً من المشكلات التي ينبغي مراعاتها عند تقييم المخاطر المرتبطة بالأمهات حديثات الولادة والحوامل. ومن المهم ملاحظة أن هذا الجدول ليس شاملاً لكافة المخاطر، بل إنه يتضمن إرشادات حول بعض المشكلات الأكثر شيوعاً، وعلى أصحاب العمل التأكد من إجراء تقييم فعال للمخاطر المرتبطة بالنساء العاملات لديهم.

#### الجدول رقم (1): الأخطار المحتملة التي تهدد الأمهات حديثات الولادة والحوامل

قائمة العوامل/الأخطار أو ظروف العمل	المخاطر المحتملة	التدابير الاحتياطية /إجراءات التحكم المحتملة
<b>العوامل الفيزيائية</b>		
الصددمات أو الاهتزازات أو الحركة	إن التعرض المنتظم إلى صدمات أو اهتزازات منخفضة التردد، كالقيادة أو ركوب دراجات أو الحركة المفرطة قد يزيد من خطر حدوث إجهاض. ومع إن التعرض طويل المدى لاهتزازات لا يتسبب في حدوث اضطرابات أو تشوهات للجنين إلا أن ذلك يحدث في أغلب الأحيان نتيجة للمجهود البدني عالي الشدة، ومن ثمّ تزداد مخاطر احتمالية الولادة المبكرة أو	تتصح العاملات الحوامل ومن وضعن أطفالهن حديثاً بتجنب العمل الذي قد يتسبب في اهتزاز الجسم بالكامل على نحو مرهق، وخصوصاً الاهتزازات منخفضة التردد، أو حينما تكون البطن عرضة لصددمات أو هزات. أما العاملات المرضعات فليسن عرضة لخطر أكبر من الموظفين الآخرين.

قائمة العوامل/الأخطار أو ظروف العمل	المخاطر المحتملة	التدابير الاحتياطية / إجراءات التحكم المحتملة
	وضع مولود منخفض الوزن.	
المناولة اليدوية	تكون العاملات الحوامل بالذات عرضة لخطر الإصابات الناجمة عن عمل المناولة اليدوية، حيث قد تؤثر التغييرات الهرمونية مثلًا على الأربطة، وقد ترتفع احتمالات الإصابة والمشاكل المرتبطة بوضعية الجسم وانتصابه مع تقدم الحمل. قد توجد مخاطر أيضًا على الأمهات حديثات الولادة، مثلًا بعد الولادة القيصرية حيث قد ينبغي وضع قيود مؤقتة على حمل الأثقال أو مناولتها. لا توجد أية أدلة تشير إلى أن الأمهات المرضعات عرضة لخطر أكبر من العاملين الآخرين	قد يكون بالإمكان تغيير طبيعة المهام المسندة بحيث يتم الحد من المهام التي تنطوي على مخاطر المناولة اليدوية لكافة العاملين بما في ذلك الأمهات حديثات الولادة أو الحوامل. وقد يكون من المناسب دراسة الاحتياجات الخاصة بالأم العاملة والحد من كم العمل البدني المطلوب منها.
الضوضاء	مع أن الضوضاء لا تشكل خطرًا مباشرًا أو محددًا بعينه على الأمهات حديثات الولادة أو الحوامل أو على الجنين، فإن التعرض للضوضاء على المدى الطويل قد يتسبب في الشعور بالإرهاق وارتفاع ضغط الدم.	الامتثال لمتطلبات دليل الممارسة الفني 3.0 "الضوضاء المهنية"، الوارد ضمن الإطار العام لنظام إمارة أبوظبي للصحة والسلامة المهنية.
العمل بالأماكن المرتفعة	السقوط من السلالم أو منصات التشغيل	على تقييم المخاطر مراعاة المخاطر الإضافية التي ترتبط بالعمل في الأماكن المرتفعة. منع العمل في الأماكن المرتفعة.
الأخطار الإشعاعية: الإشعاع المؤيّن:	إن التعرض لقدر كبير من الإشعاع يمكنه إلحاق أضرار بالجنين. وإذا كانت الأم المرضعة تعمل بسوائل أو أتربة مشعة فقد يتعرض الطفل للإشعاع، خاصةً من خلال تلوّث جلد الأم. وهناك مخاطر محتملة على الجنين من جراء استنشاق الأم لكميات كبيرة من الملوثات الإشعاعية.	إعداد العمل: من خلال إجراءات لخفض مستوى تعرض المرأة الحامل للإشعاع إلى أدنى حد ممكن، وبالتأكيد إلى حد أدنى من الجرعة المسموح بها للنساء الحوامل، مثلًا 1 ملي سيفرت على امتداد ما تبقى من شهور الحمل (من لحظة إبلاغ صاحب العمل بأن المرأة العاملة حامل). يحظر تشغيل الأمهات المرضعات في أماكن بها مخاطر عالية للتلوّث الإشعاعي
الإشعاع الكهرومغناطيسي غير المؤيّن	مخاطر الإشعاع البصري: إن المرأة الحامل أو الأم المرضعة ليست عرضة	يحظر لمقدار التعرض إلى المجالات الكهربائية والمغناطيسية أن يتجاوز الحدود المفروضة على

التدابير الاحتياطية / إجراءات التحكم المحتملة	المخاطر المحتملة	قائمة العوامل/الأخطار أو ظروف العمل
<p>تعرض الإنسان وذلك طبقاً لمنشور المجلس الوطني للحماية من الإشعاع- المملكة المتحدة</p>	<p>لمخاطر الإشعاع البصري بدرجة أكبر من باقي العاملين.</p> <p>مخاطر المجالات والموجات الكهرومغناطيسية: إن التعرض لهذه المجالات والموجات ضمن حدود التوصيات الحالية لا يعرف عنه التسبب في أضرار ما، إلا أن التعرض الزائد لإشعاعات ضمن ترددات موجات الراديو قد يحدث أضراراً عن طريق رفع حرارة الجسم.</p>	
<b>العوامل البيولوجية</b>		
<p>استناداً إلى تقييم المخاطر، والذي عليه أن يراعي طبيعة العامل البيولوجي، وكيفية انتشار العدوى، واحتمالات الإصابة به، وطرق السيطرة عليه. والأخيرة قد تشتمل على الاحتواء الفيزيائي لمسببات العدوى، ومعايير النظافة العامة، واستخدام اللقاحات المتاحة إذا ما استدعى التعرض ذلك.</p> <p>وإذا ما ارتفع خطر الإصابة فإنه يتعين على المرأة الحامل تجنب التعرض بشكل تام.</p>	<p>يمكن للعديد من العوامل البيولوجية أن تؤثر على الجنين قبل ولادته في حال إصابة الأم بعدوى ما أثناء الحمل. فقد تنتقل الإصابة عن طريق المشيمة إلى الطفل داخل الرحم، أو أثناء الولادة أو بعدها، مثلاً عبر الرضاعة أو عبر التلامس المباشر بين الأم والطفل.</p>	<p>التهاب الكبد B فيروس HIV المسبب لمرض نقص المناعة المكتسبة (الأيذز) الهربس مرض السل مرض الزهري جدري الماء التيفويد الحصبة الألمانية داء المقوسات الفيروس المضخم للخلايا</p>
<b>الأخطار الكيميائية</b>		

قائمة العوامل/الأخطار أو ظروف العمل	المخاطر المحتملة	التدابير الاحتياطية/ إجراءات التحكم المحتملة
أول أكسيد الكربون	يمكن لأول أكسيد الكربون الذي ينفذ عبر المشيمة أن يتسبب في حرمان الجنين من الأكسجين. ويعد مستوى ومدة تعرض الأم لأول أكسيد الكربون من العوامل الهامة في تحديد التأثير على الجنين. ليس هناك دليل لوجود آثار ضارة على الأطفال الرضع عند تعرض الأم المرضع لأول أكسيد الكربون، أو أن الأم تكون أكثر حساسية تجاه أول أكسيد الكربون بعد وضع وليدها.	تغيير العمليات أو المعدات. تحذير المرأة الحامل من كونها أكثر عرضة للتأثر بعواقب التعرض لأول أكسيد الكربون.
كافة المواد التي تحمل ملصقات عليها المصطلحات R40، R45، R46، R63، R64، R61	المخاطر المترتبة على كل مصطلح: R40: تشكل أخطاراً محتملة أو يترتب عليها آثار مستدامة R45: قد تؤدي إلى الإصابة بالسرطان R46: قد تتسبب في خلل جيني ينتقل وراثياً R47: قد تؤدي إلى عيوب خلقية في المواليد R61: قد تسبب أضراراً للجنين R63: تشكل أخطاراً محتملة تضر الجنين R64: قد تسبب أضراراً للأطفال الذين يرضعون طبيعياً يتعين إجراء تقييم للمخاطر، إذ لا يوجد سبيل آخر يمكن من خلاله تحديد الأخطار الفعلية على الصحة. ورغم احتمال أن تشكل هذه المواد خطراً على الصحة أو السلامة، إلا أن الخطر قد لا يتحقق عندما تكون المواد تحت حدود التعرض المهني أو الحدود القصوى للتعرض المسموح بها.	في حال العمل في بيئة تشتمل على مواد خطيرة، ومن بينها مواد كيميائية قد تتسبب في خلل جيني ينتقل وراثياً، يتعين على صاحب العمل تقييم المخاطر الصحية التي تهدد العاملين نتيجة للقيام بهذا العمل، وتفاذي هذه المخاطر أو السيطرة عليها. وعند إجراء عمليات التقييم هذه، يتعين على صاحب العمل الأخذ في الاعتبار المرأة الحامل أو التي وضعت حديثاً. الامتثال لمتطلبات دليل الممارسة الفني 1.0 "المواد الخطرة"، الوارد ضمن الإطار العام لنظام إمارة أبوظبي للسلامة والصحة المهنية.
الرصاص ومشتقاته	تؤدي إلى مجموعة كبيرة من الآثار السمية أثناء الحمل وإلى إعاقة للطفل بعد الولادة. وقد أشارت الدراسات التي أجريت مؤخراً إلى وجود ارتباط بين التعرض لمستويات منخفضة من الرصاص قبل ولادة الطفل من مصادر بيئية ووجود انخفاض طفيف في مستويات الأداء الفكري لدى الأطفال	يتعين فور تأكيد حمل المرأة أن يتم إيقافها عن أي عمل يعرضها إلى الرصاص عند مستوى يصل إلى 50% من حد التعرض المسموح به، وأن يعاد تكليفها بمهام أخرى. الامتثال لمتطلبات دليل الممارسة الفني 1.2 "إدارة التعرض لعنصر الرصاص"، الوارد ضمن الإطار العام لنظام إمارة أبوظبي للسلامة والصحة المهنية.



التدابير الاحتياطية/ إجراءات التحكم المحتملة	المخاطر المحتملة	قائمة العوامل/الأخطار أو ظروف العمل
<p>يتعين على المرأة الحامل أو الأم المرضعة البعد عن الأعمال التي تتضمن استخدام الزئبق أو التعامل معه</p>	<p>قد يؤدي التعرض لمركبات الزئبق العضوية أثناء الحمل إلى بطء نمو الجنين، واضطراب الجهاز العصبي والتسبب في تسمم الأم.</p> <p>لا يوجد دليل واضح على حدوث آثار ضارة سلبية على الجنين أثناء نموه إثر التعرض للزئبق ومركبات الزئبق غير العضوية.</p> <p>لا يوجد ما يشير إلى أن الأمهات بعد الولادة يكن أكثر عرضة للمعاناة من الآثار السلبية المترتبة على التعرض إلى الزئبق ومركباته.</p> <p>تم تسجيل حالات تعرض بين أطفال يرضعون من أمهات تعرضن بعد الولادة إلى ميثيل الزئبق. كما أنه يتم إفراز الزئبق غير العضوي في لبن ثدي الأمهات.</p>	<p>الزئبق ومشتقاته</p>
<p>منع كافة النساء الحوامل من التعامل مع هذه الأدوية بأي صورة كانت. ونظراً لعدم معرفة العتبة الحدية المسموح بها، فإنه يتعين التقليل من مستويات التعرض إلى الحد الأقصى الممكن عملياً.</p> <p>يتعين لتقييم المخاطر أن يغطي على وجه الخصوص خطوات تحضير العقار لغرض الاستخدام (الصيدلانيات والممرضات)، وإعطاء العقار، والتخلص من النفايات.</p> <p>ويتعين إخطار النساء اللاتي يحاولن الحمل أو النساء الحوامل أو الممرضات بالخطر الذي يهدد قدراتهم الإنجابية. حيث ينبغي نقل أي امرأة حامل تقوم بتحضير محاليل الأدوية المضادة للأورام إلى وظيفة أخرى.</p>	<p>تؤدي على المدى الطويل إلى إتلاف المعلومات الوراثية التي تحملها الحيوانات المنوية والبويضات. وقد يؤدي بعضها إلى الإصابة بالسرطان.</p> <p>يتم امتصاصها عن طريق الاستنشاق وعبر الجلد.</p> <p>وقد اتضح أن الممرضات والطبيبات الحوامل اللاتي يعطين مرضاهن مثل هذه العوامل (حتى وإن تم ذلك مع اتخاذ أشد الاحتياطات) قد سجلن ارتفاعاً كبيراً في حالات فقد الجنين و/أو التشوهات الخلقية.</p>	<p>الأدوية المضادة لانقسام الخلايا (السامة للخلايا)</p>

قائمة العوامل/الأخطار أو ظروف العمل	المخاطر المحتملة	التدابير الاحتياطية / إجراءات التحكم المحتملة
<b>ظروف العمل</b>		
الارتفاع أو الانخفاض الشديد في درجات الحرارة	يتعين إبقاء مستوى التعرض المتواصل للنساء الحوامل إلى بيئات حارة في أدنى حد له، إذ يزيد هذا التعرض من خطر الإصابة بالإجهاد الحراري. وقد ينقطع لبن الثدي بسبب الجفاف المترتب على ارتفاع الحرارة. قد يشكل العمل في جو شديد البرودة خطرًا على المرأة الحامل وجنينها. لذا يتعين تزويدها بملابس دافئة. تزداد المخاطر بصفة خاصة في حال حدوث تغيرات مفاجئة في الحرارة.	تجنب الحرارة: ينبغي الحذر التام عند التعرض لدرجات حرارة مرتفعة بشكل متواصل، مع إتاحة فترات للاستراحة وأماكن للراحة وتوفير المرطبات، إلى جانب توفير مياه الشرب باستمرار. كما يتعين على الأمهات حديثات الولادة والحوامل الانتباه إلى أن الإحساس بالعطش لا يمثل مؤشرًا مبكرًا للإجهاد الحراري، بل يتعين عليهن الشرب قبل شعورهن بالعطش، ويفضل أن يكون ذلك بكميات صغيرة وعلى نحو متكرر.  الامتثال لمتطلبات دليل الممارسة الفني 11.0 "السلامة في الحر"، الوارد ضمن الإطار العام لنظام إمارة أبوظبي للصحة والسلامة المهنية.  تجنب البرودة: لا توجد مشكلات محددة تمنع العمل في بيئة شديدة البرودة، ولكن يجب توفير ملابس تضمن الدفاء.
الأجهزة المزودة بشاشات عرض	على الرغم من أنه كان هناك قلق واسع من الانبعاثات الإشعاعية التي تصدر من أجهزة العرض وأثارها المحتملة على المرأة الحامل، إلا أنه يوجد دليل قوي يفيد أن هذه المخاوف لا أساس لها من الصحة.	لا تحتاج المرأة الحامل لأن تتوقف عن استخدام وحدات العرض المرئية، بل عليها تجنب المشكلات التي قد تنتج بسبب التوتر والقلق. لذا يتوجب إعطاء أولئك المتخوفات من الآثار السلبية الفرصة لمناقشة مخاوفهن مع شخص على قدر مناسب من الدراية بالآراء والتوصيات العلمية الموثوق بها.
السفر	لا توجد مخاطر مباشرة تترتب على القيادة العادية للسيارات أثناء الحمل، إلا إنه أثناء مراحل الحمل التالية قد تشعر المرأة بعدم الراحة نتيجة لزيادة حجم جسمها والمشكلات المتعلقة بالحركة.  قد يترتب على القيادة لفترات طويلة الإجهاد البدني أو الذهني الناجم عن الإرهاق.	ينبغي مراجعة طرق السفر الاعتيادية للمرأة الحامل وتعديلها حسبما يلزم، مع الأخذ في الاعتبار مرافق الرعاية المتوفرة على الطرق حيث إن المرأة سوف تحتاج إلى مزيد من مرات التوقف الدوري واستعمال مرافق الرعاية أثناء مراحل الحمل الأخيرة.

التدابير الاحتياطية / إجراءات التحكم المحتملة	المخاطر المحتملة	قائمة العوامل/الأخطار أو ظروف العمل
<p>ينبغي مراجعة أية مسائل تتسبب في إجهاد المرأة العاملة ومن ثم تعديلها حسبما يلزم، وقد يشمل ذلك خفض ساعات العمل أو تغيير بيئة العمل.</p>	<p>ينبغي أخذ الإجهاد في الاعتبار أثناء تقييم المخاطر، مع إجراء مناقشة مع المرأة العاملة حول مهام عملها ومدى تأثير تلك المهام عليها، مع تذكر أن الإجهاد يرتبط بأسلوب الحياة بشكل عام وقد تكون هناك مشكلات خارج العمل تؤثر على المرأة العاملة وقدرتها على العمل.</p> <p>هناك عدد من الأمور التي يمكن أن تتسبب في الإجهاد، ومن أمثلتها ساعات العمل الطويلة، والعملاء أو الحسابات الصعبة، والأهداف المالية الشهرية أو غيرها من مؤشرات الأداء الرئيسية، أو حتى مجرد عدم القدرة على العمل بنفس المنوال الذي كانت عليه قبل الحمل.</p>	<p>الإجهاد</p>
<p>ينبغي أن تشمل المناقشات مع المرأة العاملة أية مسائل تتعلق بمهام العمل الروتينية وبيئة العمل، ومن ثم تنفيذ التعديلات المعقولة بشأن المسائل المرصودة.</p>	<p>يمكن أن تؤدي ساعات العمل الطويلة إلى مزيد من الإجهاد أو الإرهاق.</p> <p>قد لا تكون بيئة العمل مصممة بحيث تتناسب المرأة الحامل وهو ما يمكن أن يتسبب في مزيد من الإجهاد وعدم الراحة.</p>	<p>مهام العمل الروتينية/ساعات العمل</p>
<p>يوجد عدد من الإجراءات التي يمكنها مساعدة المرأة الحامل على إخلاء المبنى في الوقت المناسب.</p>	<p>قد تصبح هذه مشكلة في مراحل الحمل الأخيرة، وخاصة في المباني التي يجب على المرأة النزول منها عبر درج يرتفع لعدة أدوار أثناء عملية الإخلاء.</p>	<p>الإخلاء في حالات الطوارئ</p>

التدابير الاحتياطية / إجراءات التحكم المحتملة	المخاطر المحتملة	قائمة العوامل/الأخطار أو ظروف العمل
<p>يمكن تعيين مرافق لمساعدة المرأة الحامل على النزول من المبنى. وهذا قد يتطلب استخدام مقعد للإخلاء.</p> <p>ينبغي وضع خطة لإخلاء المرأة العاملة مع تعميمها على من يهمله الأمر، مع مراجعة الخطة مع تقدم مراحل الحمل.</p> <p>من الممارسات الجيدة في هذا السياق اختبار خطط الإخلاء بصورة دورية.</p>	<p>نظراً لضعف القدرة على الحركة قد لا تستطيع المرأة الحامل إخلاء المبنى بكفاءة. كما أنه ينبغي أيضاً مراعاة الأشخاص الآخرين الذين سوف يستخدمون نفس طرق الخروج وما هو تأثير ذلك.</p>	
<p>ينبغي مراجعة أية معدات حماية شخصية تستخدمها المرأة الحامل أو التي أنجبت طفلاً مؤخراً في إطار عملية تقييم المخاطر مع تطبيق التغييرات المناسبة المطلوبة. وينبغي مراجعة هذه التقييمات بانتظام مع تقدم مراحل الحمل للتأكد من استمرار ملاءمتها للمرأة العاملة.</p>	<p>في أغلب الأحيان لا يتم تصميم معدات العمل أو معدات الحماية الشخصية لاستخدام النساء الحوامل بالذات. ومن الناحية الأخرى، فإن الحمل (والإرضاع الطبيعي) يتضمن حدوث تغييرات جسدية يمكن أن تجعل من بعض معدات العمل أو معدات الحماية الشخصية المتوفرة غير مريحة، بل وحتى غير آمنة للاستخدام في بعض الحالات، ومنها بسبب عدم القدرة على ضبط المعدات بصورة سليمة أو مريحة أثناء الاستخدام/الارتداء، أو بسبب التعطيل أو الضعف المؤقت للقدرة على الحركة أو أداء المهام اليدوية أو ضعف التنسيق الحركي لدى المرأة العاملة نتيجة للحمل أو الولادة الحديثة.</p>	<p>معدات العمل/معدات الحماية الشخصية</p>

(د) وعلاوة على الأخطار المحتملة في مكان العمل فهناك العديد من الجوانب المتعلقة بالحمل التي ينبغي وضعها في الاعتبار، وهي جوانب يتفاوت تأثيرها على مدار فترة الحمل ومراحلها وبالتالي ينبغي مراجعتها بانتظام. ومن

أمثلة ذلك وضعية وقوف المرأة الحامل الذي يتغير أثناء الحمل وبالتالي يمكن له أن يؤثر تأثيراً كبيراً على المهام التي يمكنها أداؤها بأمان.

(هـ) والمسائل الأخرى الواجب مراعاتها تتمثل في الآتي:

الجدول رقم (2): الجوانب المطلوب مراعاتها

العوامل الموجودة في مكان العمل	الجوانب المتعلقة بالحمل
التعرض إلى روائح تنثير الغثيان	الشعور بالغثيان في الصباح
الوقوف/المناولة اليدوية/وضعية الجسم	ألم الظهر
الوقوف/الجلوس	توسع الأوردة
العمل في البيئات الحارة	اليواسير
صعوبة مغادرة العمل/موقع العمل	التردد المتكرر على الحمام
استخدام الملابس الواقية العمل في الأماكن المحصورة أعمال المناولة اليدوية	زيادة الحجم
العمل الإضافي العمل المسائي	الإعياء
مشكلات العمل على أسطح تسبب الانزلاق أو رطوبة	ضعف الاتزان
مشكلات العمل في ظل ارتداء أزياء عمل رسمية ضيقة	الراحة

## 5-5 التواصل والتشاور

- (أ) كما تمت الإشارة أعلاه، ينبغي إشراك المرأة العاملة بصورة كاملة في عملية تقييم المخاطر للتأكد من أن الإجراءات المتخذة بشأنها تلاءم حالتها.
- (ب) عقب الانتهاء من تقييم المخاطر ينبغي على صاحب العمل عقد اجتماع مع المرأة العاملة المعنية واستعراض كافة المسائل التي رصدتها عملية التقييم ومناقشة الإجراءات التي يمكن اتخاذها لضمان سلامتها وسلامة الرضيع أو الجنين.
- (ج) ينبغي أيضاً تعميم نتائج عملية تقييم المخاطر على العاملين الآخرين لتوعيتهم بأية تغييرات مطلوبة ودورهم في هذا الشأن.

## 6-5 مراجعة تقييم المخاطر

- (أ) كما هو الحال مع أي تقييم للمخاطر، يجب اعتبار تقييم المخاطر وثيقة متغيرة ومراجعتها بصفة دورية.

(ب) وفقاً لمتطلبات دليل الممارسة الفني رقم (9.1) بشأن الأمهات حديثات الولادة والحوامل، والوارد ضمن الإطار العام لنظام إمارة أبوظبي للسلامة والصحة المهنية، فإنه يجب على أصحاب العمل مراجعة عمليات تقييم المخاطر في الأوقات التالية على الأقل:

- (1) عند ورود إخطار بوجود أم حديثة الولادة أو حامل أو ترضع طبيعياً
- (2) عند مرور 24 أسبوعاً على الحمل
- (3) عند مرور 34 أسبوعاً على الحمل
- (4) عند العودة للعمل عقب الولادة
- (5) عند حدوث أي تغيير على صحة المرأة الحامل أو الأم حديثة الولادة أو المرضعة، و/أو علاجها، و/أو مكان عملها

- (ج) يجب توثيق أية مراجعات يتم إجراؤها ومن ثم إرفاقها بتقييم المخاطر الأصلي.
- (د) يجب أن تتضمن عملية المراجعة فحص تقييم المخاطر الأصلي وإجراءات التحكم المعمول بها وتقييم مدى استمرار ملائمتها في الوقت الحالي.
- (هـ) يجب مراعاة مرحلة الحمل وكيف يمكنها أن تؤثر على المرأة العاملة المعنية.
- (و) يجب على المرأة الحامل أيضاً الاستفادة من عمليات المراجعة للإبلاغ عن أية مسائل أخرى قد تستجد، إلا أن هذا لا يعني أن عليها الاحتفاظ بتلك المعلومات حتى موعد المراجعة بل يجب عليها الإبلاغ بشأنها فوراً إلى صاحب العمل عند وجودها.

## 6- العودة للعمل

- (أ) إن موعد العودة للعمل يعتبر أمراً في غاية الأهمية عند مرور المرأة العاملة بحالة حمل و/أو ولادة معقدة من الناحية الطبية، بما يشمل الولادة القيصرية. وبصفة عامة لا توجد موانع طبية من العودة للعمل بعد فترة ستة أسابيع من الحمل والولادة العاديين، وما يحدد موعد العودة للعمل هو عادة الاعتبارات الاجتماعية والاقتصادية.
- (ب) هناك عدد من المسائل التي ينبغي مراعاتها في إطار التأكد من عودة المرأة العاملة إلى العمل بأمان. حيث يفضل عقد اجتماع مع المرأة العاملة المعنية قبل العودة للعمل لمعرفة إن كان هناك أية مسائل قد تؤثر على عودتها إلى العمل، ولتفهم أية مخاوف قد تكون لدى المرأة العاملة وأية متطلبات خاصة يجب مراعاتها لضمان عودتها إلى العمل بأمان.
- (ج) وفي حال إثارة أية مسائل، فإن هذا قد يتطلب الحصول على معلومات إضافية من الطبيب بهدف المساعدة على تأمين سلامة المرأة العاملة.
- (د) ينبغي أيضاً على صاحب العمل التأكد من مراجعة تقييم المخاطر لإضافة الشروط الخاصة التي قد تلزم في إطار عودة المرأة العاملة إلى العمل.
- (هـ) بناء على فترة غياب المرأة العاملة عن العمل، فقد يلزم توفير تدريب تشيطي لها.

## 7- الإرضاع الطبيعي في مكان العمل

- (أ) هناك مخاطر أخرى ينبغي مراعاتها فيما يتعلق بالمرضعات من النساء العاملات. وعلى سبيل المثال، فإن الزئبق العضوي قد ينتقل من الدم إلى لبن الأم بما يتسبب في مخاطر محتملة على الجنين وذلك في حال تعرض الأم لجرعات عالية من الزئبق العضوي قبل أو أثناء الحمل.
- (ب) على صاحب العمل أن يتأكد - عقب تلقيه بلاغاً مكتوباً بوجود امرأة عاملة مرضعة - من عدم تعريض تلك المرأة لمخاطر قد تهدد سلامتها وصحتها وسلامة وصحة رضيعها طوال فترة الإرضاع الطبيعي. علماً بأن دليل الممارسة الفني (9.1) بشأن الأمهات حديثات الولادة والحوامل، والوارد ضمن الإطار العام لنظام إمارة أبوظبي للسلامة والصحة المهنية، لا ينص على فترة زمنية معينة للإرضاع الطبيعي، لأن هذه مسألة خاصة بكل أم حديثة الإنجاب.
- (ج) من الممارسات الجيدة في هذا الشأن توفير بيئة صحية وأمنة تتيح للأمهات المرضعات استحلاب اللبن وتخزينه. ويمكن توفير هذه المرافق ضمن الاستراحات المناسبة المطلوب من صاحب العمل توفيرها للحوامل والمرضعات من النساء العاملات. وفي حال استمرار النساء العاملات في الإرضاع الطبيعي لشهور عديدة بعد الولادة، ينبغي على صاحب العمل مراجعة المخاطر بانتظام. وفي تلك الحالات التي تم فيها رصد أحد المخاطر، فإنه يجب مواصلة تطبيق إجراءات التحكم التي حددتها عملية تقييم المخاطر لتفادي التعرض لتلك المخاطر، وذلك طالما استمرت في تهديد سلامة وصحة المرأة العاملة المرضعة أو رضيعها.



## 8- المراجع

- الإطار العام لنظام إمارة أبوظبي للسلامة والصحة المهنية- العنصر (1)- الأدوار والمسؤوليات والتنظيم الذاتي
- الإطار العام لنظام إمارة أبوظبي للسلامة والصحة المهنية- العنصر (2)- إدارة المخاطر
- الإطار العام لنظام إمارة أبوظبي للسلامة والصحة المهنية- العنصر (4)- التواصل والتشاور
- الإطار العام لنظام إمارة أبوظبي للسلامة والصحة المهنية- العنصر (6)- إدارة حالات الطوارئ
- الإطار العام لنظام إمارة أبوظبي للسلامة والصحة المهنية- دليل الممارسة الفني (9.1) - الأمهات حديثات الولادة والحوامل
- دليل إرشادات الصحة والسلامة. أمهات الأطفال حديثي الولادة والحوامل في العمل. هيئة السلامة والصحة المهنية. وزارة العمل. 1998. نيوزيلاندا.  
<http://www.osh.dol.govt.nz/order/catalogue/pdf/mothers.pdf>
- دليل إرشادات أصحاب العمل حول الأمهات حديثات الولادة والحوامل في العمل. كتب الهيئة التنفيذية البريطانية للصحة والسلامة. HSE Books ISBN 978 0 7176 2583 3

## 9- سجل تعديل الوثيقة

رقم الإصدار	تاريخ المراجعة	وصف التعديلات	الصفحات المعنية
3.0	2 يوليو 2017	وثيقة جديدة	لا ينطبق
3.1	19 نوفمبر 2017	تعديلات تحريرية لتوضيح المتطلبات دون تغييرها	3، 13

الملحق (1): نموذج تقييم المخاطر

الاسم		المسمى الوظيفي		رقم المرأة العاملة			
ساعات العمل							
الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت	الإجمالي
البيانات الشخصية: المرأة الحامل							
				هل تم تسليم شهادة مكتوبة تؤكد الحمل؟			
				تاريخ المغادرة المتوقع			
				تاريخ الولادة المتوقع			
				عدد أسابيع الحمل؟			
البيانات الشخصية: الأمهات العائدات للعمل							
				تاريخ الولادة			
				تاريخ العودة للعمل			
				الإرضاع طبيعي <input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا <input type="checkbox"/>			
المعلومات الطبية							
العلاج				الحالات الطبية الحالية			
العلاج				الحالات الطبية السابقة			

المعلومات المتعلقة بالولادة			
<input type="checkbox"/> لا <input type="checkbox"/> نعم		هل واجهت مشكلات تتعلق بالحمل في الماضي؟ إذا كانت الإجابة هي "نعم" يرجى ذكر التفاصيل:	
تقييم المخاطر المتعلقة بالعمل			
<input type="checkbox"/> لا <input type="checkbox"/> نعم		هل أسفرت عمليات تقييم المخاطر الاعتيادية عن رصد أية مخاطر محددة؟ إذا كانت الإجابة هي "نعم" يرجى ذكر التفاصيل:	
المخاطر المتعلقة بالمرأة العاملة		نعم	لا
تكرار الحركات الشاقة مثل الانحناء والمط والالتواء ورفع الأحمال		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
الحركات أو الوضعيات أو الأعمال غير الملائمة في الأماكن المحصورة		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
الوقوف لفترة طويلة تزيد عن 3 ساعات دون راحة أو الوقوف لإجمالي 5 ساعات		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	التعب الزائد من ساعات العمل الطويلة/كثرة السفر
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	كثرة السفر
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	الضوضاء الزائدة
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	أي عوامل أو عمليات كيميائية خطيرة
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	الإجهاد الزائد
إذا كانت الإجابة هي "نعم" يرجى ذكر التفاصيل:		
العوامل الشخصية		
لا	نعم	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	هل عانت المرأة العاملة من أي مشكلات خاصة بشأن أية جوانب للعمل منذ بداية الحمل؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	هل ناقشت المرأة العاملة مخاوفها بشأن العمل مع الطبيب؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	هل من الصعب على المرأة العاملة التعامل مع كافة المهام الخاصة بها؟
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	هل سيكون من الصعب على المرأة العاملة مغادرة المبنى في حالة الطوارئ؟
إذا كانت الإجابة هي "نعم" يرجى ذكر التفاصيل:		

الأخطار المرصودة		
الخطر	إجراءات التحكم	تاريخ المراجعة/ الشخص المسؤول
المراجعة		
يرجى الاتفاق حول مواعيد مراجعة عملية تقييم المخاطر، والتي سوف تصبح أكثر انتظاماً مع تقدم الحمل.		
التاريخ	الموقع	الحضور
التوقيعات		
ملحوظة إلى المرأة العاملة الزميلة: إذا طرأ أي تغيير كبير على المعلومات أعلاه أو كان لديك أية مخاوف بشأن صحتك أو صحة الطفل أو مستوى أدائك في العمل، ينبغي مناقشة ذلك مع رئيس قسم الموارد البشرية فوراً.		
	توقيع المرأة العاملة	
	التاريخ	
	توقيع المقيم	
	التاريخ	

© مركز أبوظبي للصحة المهنية 2017

تم إعداد هذه الوثيقة من قبل مركز أبوظبي للصحة المهنية بالاعتماد جزئياً على ما ورد سابقاً في دليل الممارسة رقم (9.1). وتعتبر هذه الوثيقة من ملكية المركز، ويجب استخدامها للأغراض التي وضعت من أجلها. لذا يمنع استخدامها أو إعادة إصدارها بشكل غير مصرح به.