

LANGDURIG STAAN

Onder staand werk wordt verstaan: werkzaamheden die staand worden uitgevoerd waarbij minder dan 1 meter wordt gelopen. Bij langdurig staan zakt het bloed onder invloed van de zwaartekracht naar de onderbenen. Door de bemoeilijkte terugstroom van het bloed uit de benen naar het hart ontstaan spataderen. Dat zijn jeukende, vermoeide en loodzware benen. Ook heeft iemand met spataderen dikke enkels en pijnlijke kuiten. Naast spataderen blijkt langdurig staan ook een significant effect te hebben op vroegtijdige weeën en op vroeggeboorte (Signaleringsrapport, NKV 2006). Om deze redenen zijn er richtlijnen ontwikkeld om de risico's in het werk bij zwangeren weg te nemen. Er wordt dan geadviseerd om staand werk te vervangen door zittend werk.

