# 孕期请假申请（精选五篇）

来源：网络 作者：清风徐来 更新时间：2025-02-25

*第一篇：孕期请假申请孕期请假申请xx(单位)办公室：因本人即将临产，根据国家规定产假为90天，自即日起向办公室请产假。特此请假，恳望批准!xx(单位)xx(部门)xx(姓名)年 月 日第二篇：孕期请假申请xx(单位)办公室：因本人即将临产...*

**第一篇：孕期请假申请**

孕期请假申请

xx(单位)办公室：

因本人即将临产，根据国家规定产假为90天，自即日起向办公室请产假。特此请假，恳望批准!

xx(单位)

xx(部门)xx(姓名)

年 月 日

**第二篇：孕期请假申请**

xx(单位)办公室：

因本人即将临产，根据国家规定产假为90天，自即日起向办公室请产假。

特此请假，恳望批准!

xx(单位)

xx(部门)xx(姓名)

年 月 日

**第三篇：孕期如何请假**

孕期如何请假

孕期如何请假

xx(单位)办公室：

因本人即将临产，根据国家规定产假为90天，自即日起向办公室请产假。

特此请假，恳望批准!

xx(单位)

xx(部门)xx(姓名)

年 月 日

另附:法定产假期限

女职工的产假不得少于九十天。其中产前休假十五天。难产的，增加产假十五天;多胞胎生育的，每多生育一个婴儿，增加产假假十五天。

怀孕三个月以内流产的女职工，根据医疗单位的证明，给予二十至三十天的产假;三个月以上七个月以下的，产假四十二天;七个月以上的，产假九十天。

产假期满恢复工作时，允许有一至二周的时间逐步恢复原定额的工作量

产假是指在职妇女产期前后的休假待遇，一般从分娩前半个月至产后两个半月，晚婚晚育者可前后长至四个月，女职工生育享受不少于九十天的产假。但是产假请假条怎么写呢?有没有产假请假条范文呢? 产假请假条 产假请假条范文xx(单位)办公室：因本人即将临产，根据国家规定产假为90天，自即日起向办公室请产假。特此请假，恳望批准!xx(单位)xx(部门)xx(姓名)年 月 日另附:法定产假期限女职工的产假不得少于九十天。

其中产前休假十五天。难产的，增加产假十五天;多胞胎生育的，每多生育一个婴儿，增加产假假十五天。怀孕三个月以内流产的女职工，根据医疗单位的证明，给予二十至三十天的产假;三个月以上七个月以下的，产假四十二天;七个月以上的，产假九十天。产假期满恢复工作时，允许有一至二周的时间逐步恢复原定额的工作量

产假请假条 产假请假条范文

xx(单位)办公室：

因本人即将临产，根据国家规定产假为90天，自即日起向办公室请产假。

特此请假，恳望批准!

xx(单位)

xx(部门)xx(姓名)

年 月 日

另附:法定产假期限

女职工的产假不得少于九十天。其中产前休假十五天。难产的，增加产假十五天;多胞胎生育的，每多生育一个婴儿，增加产假假十五天。

怀孕三个月以内流产的女职工，根据医疗单位的证明，给予二十至三十天的产假;三个月以上七个月以下的，产假四十二天;七个月以上的，产假九十天。

产假期满恢复工作时，允许有一至二周的时间逐步恢复原定额的工作量

2.如何理解“孕妇产前检查算作劳动时间”?

答：为了保证孕妇和胎儿的健康，应按卫生部门的要求做产前检查。女职工产前检查应按出勤对待，不能按病假、事假、旷工处理。对在生产第一线的女职工，要相应地减少生产定额，以保证产前检查时间。

如何理解产前休假15天的规定?

答：女职工产假90天，分为产前假、产后假两部分。即产前假15天，产后假75天。所谓产前假15天，系指预产期前15天的休假。产前假一般不得放到产后使用。若孕妇提前生产，可将不足的天数和产后假合并使用;若孕妇推迟生产，可将超出的天数按病假处理。

休产假能否提前或推后?教师产假正值寒暑假期间，是否能延长寒暑假休假时间?

答：国家规定产假90天，是为了能保证产妇恢复身体健康。因此，休产假不能提前或推后。至于教师产假正值寒暑假期间，能否延长寒暑假的时期，则由主管部门确定。

按原规定休56天产假的女职工，1988年9月1日还在休产假者，如何计算产假?

答：应按本规定休产假90天计算。

女职工流产应休息多长时间?

答：女职工流产休假按劳险字〔1988〕2号《关于女职工生育待遇若干问题的通知》执行，即“女职工怀孕不满4个月流产时，应当根据医务部门的意见，给予15～30天的产假;怀孕满4个月以上流产者，给予42天产假，产假期间，工资照发”。

本规定发布前哺乳期有10个月的，也有18个月的，是否都应按本规定执行?

答：凡哺乳(包括人工喂养)一周岁以内婴儿的女职工都应按本规定执行。企、事业单位有条件的，也可适当延长哺乳期。

哺乳期满，有的婴儿身体特别虚弱，或正值夏季，可否适当延长哺乳期?

答：女职工哺乳婴儿满周岁后，一般不再延长哺乳期。如果婴儿身体特别虚弱，经医务部门证明，可将哺乳期酌情延长。如果哺乳期满时正值夏季，也可延长1～2个月。

**第四篇：孕期如何请假**

孕期如何请假

xx(单位)办公室：

因本人即将临产，根据国家规定产假为90天，自即日起向办公室请产假，孕期如何请假。

特此请假，恳望批准!

xx(单位)

xx(部门)xx(姓名)

年 月 日

另附:法定产假期限

女职工的产假不得少于九十天。其中产前休假十五天。难产的，增加产假十五天;多胞胎生育的，每多生育一个婴儿，增加产假假十五天。

怀孕三个月以内流产的女职工，根据医疗单位的证明，给予二十至三十天的产假;三个月以上七个月以下的，产假四十二天;七个月以上的，产假九十天。

产假期满恢复工作时，允许有一至二周的时间逐步恢复原定额的工作量

产假是指在职妇女产期前后的休假待遇，一般从分娩前半个月至产后两个半月，晚婚晚育者可前后长至四个月，女职工生育享受不少于九十天的产假。但是产假请假条怎么写呢?有没有产假请假条范文呢? 产假请假条 产假请假条范文xx(单位)办公室：因本人即将临产，根据国家规定产假为90天，自即日起向办公室请产假。特此请假，恳望批准!xx(单位)xx(部门)xx(姓名)年 月 日另附:法定产假期限女职工的产假不得少于九十天。

其中产前休假十五天。难产的，增加产假十五天;多胞胎生育的，每多生育一个婴儿，增加产假假十五天。怀孕三个月以内流产的女职工，根据医疗单位的证明，给予二十至三十天的产假;三个月以上七个月以下的，产假四十二天;七个月以上的，产假九十天，范文《孕期如何请假》。产假期满恢复工作时，允许有一至二周的时间逐步恢复原定额的工作量

产假请假条 产假请假条范文

xx(单位)办公室：

因本人即将临产，根据国家规定产假为90天，自即日起向办公室请产假。

特此请假，恳望批准!

xx(单位)

xx(部门)xx(姓名)

年 月 日

另附:法定产假期限

女职工的产假不得少于九十天。其中产前休假十五天。难产的，增加产假十五天;多胞胎生育的，每多生育一个婴儿，增加产假假十五天。

怀孕三个月以内流产的女职工，根据医疗单位的证明，给予二十至三十天的产假;三个月以上七个月以下的，产假四十二天;七个月以上的，产假九十天。

产假期满恢复工作时，允许有一至二周的时间逐步恢复原定额的工作量

2.如何理解“孕妇产前检查算作劳动时间”?

答：为了保证孕妇和胎儿的健康，应按卫生部门的要求做产前检查。女职工产前检查应按出勤对待，不能按病假、事假、旷工处理。对在生产第一线的女职工，要相应地减少生产定额，以保证产前检查时间。

如何理解产前休假15天的规定?

答：女职工产假90天，分为产前假、产后假两部分。即产前假15天，产后假75天。所谓产前假15天，系指预产期前15天的休假。产前假一般不得放到产后使用。若孕妇提前生产，可将不足的天数和产后假合并使用;若孕妇推迟生产，可将超出的天数按病假处理。

休产假能否提前或推后?教师产假正值寒暑假期间，是否能延长寒暑假休假时间?

答：国家规定产假90天，是为了能保证产妇恢复身体健康。因此，休产假不能提前或推后。至于教师产假正值寒暑假期间，能否延长寒暑假的时期，则由主管部门确定。

按原规定休56天产假的女职工，1988年9月1日还在休产假者，如何计算产假?

答：应按本规定休产假90天计算。

女职工流产应休息多长时间?

答：女职工流产休假按劳险字

**第五篇：孕期如何请假**

孕期如何请假(精选多篇)

孕期如何请假

xx办公室：

因本人即将临产，根据国家规定产假为90天，自即日起向办公室请产假，孕期如何请假。

特此请假，恳望批准!

xx

xxxx

年 月 日

另附:法定产假期限

女职工的产假不得少于九十天。其中产前休假十五天。难产的，增加产假十五天;多胞胎生育的，每多生育一个婴儿，增加产假假十五天。

怀孕三个月以内流产的女职工，根据医疗单位的证明，给予二十至三十天 的产假;三个月以上七个月以下的，产假四十二天;七个月以上的，产假九十天。

产假期满恢复工作时，允许有一至二周的时间逐步恢复原定额的工作量

产假是指在职妇女产期前后的休假待遇，一般从分娩前半个月至产后两个半月，晚婚晚育者可前后长至四个月，女职工生育享受不少于九十天的产假。但是产假请假条怎么写呢?有没有产假请假条范文呢? 产假请假条 产假请假条范文xx办公室：因本人即将临产，根据国家规定产假为90天，自即日起向办公室请产假。特此请假，恳望批准!xxxxxx年 月 日另附:法定产假期限女职工的产假不得少于九十天。

其中产前休假十五天。难产的，增加产假十五天;多胞胎生育的，每多生育一个婴儿，增加产假假十五天。怀孕三个月以内流产的女职工，根据医疗单位的证明，给予二十至三十天的产假;三个月以上七个月以下的，产假四十二天;七个月以上的，产假九十天，范文《孕期

如何请假》。产假期满恢复工作时，允许有一至二周的时间逐步恢复原定额的工作量

产假请假条 产假请假条范文

xx办公室：

因本人即将临产，根据国家规定产假为90天，自即日起向办公室请产假。

特此请假，恳望批准!

xx

xxxx

年 月 日

另附:法定产假期限

女职工的产假不得少于九十天。其中产前休假十五天。难产的，增加产假十五天;多胞胎生育的，每多生育一个婴儿，增加产假假十五天。

怀孕三个月以内流产的女职工，根据医疗单位的证明，给予二十至三十天的产假;三个月以上七个月以下的，产假四十二天;七个月以上的，产假九十天。

产假期满恢复工作时，允许有一至二周的时间逐步恢复原定额的工作量

2.如何理解“孕妇产前检查算作劳动时间”?

答：为了保证孕妇和胎儿的健康，应按卫生部门的要求做产前检查。女职工产前检查应按出勤对待，不能按病假、事假、旷工处理。对在生产第一线的女职工，要相应地减少生产定额，以保证产前检查时间。

如何理解产前休假15天的规定?

答：女职工产假90天，分为产前假、产后假两部分。即产前假15天，产后假75天。所谓产前假15天，系指预产期前15天的休假。产前假一般不得放到产后使用。若孕妇提前生产，可将不足的天数和产后假合并使用;若孕妇推迟生产，可将超出的天数按病假处理。

休产假能否提前或推后?教师产假正值寒暑假期间，是否能延长寒暑假休假时间?

答：国家规定产假90天，是为了能保证产妇恢复身体健康。因此，休产

假不能提前或推后。至于教师产假正值寒暑假期间，能否延长寒暑假的时期，则由主管部门确定。

按原规定休56天产假的女职工，1988年9月1日还在休产假者，如何计算产假?

答：应按本规定休产假90天计算。

女职工流产应休息多长时间?

答：女职工流产休假按劳险字

xx办公室：

因本人即将临产，根据国家规定产假为90天，自即日起向办公室请产假。

特此请假，恳望批准!

xx

xxxx

年 月 日

孕期请假申请

xx办公室：

因本人即将临产，根据国家规定产假为90天，自即日起向办公室请产假。特此请假，恳望批准!

xx

xxxx

年 月 日

荷兰研究人员 18 日在《美国公共卫生杂志》网络版上报告说，他们研究发现，女性在 怀孕初期面临巨大的工作压力可能会使他们生产低出生体重儿的风险增加。据报道，研究人员在对 8266 名孕妇的工作性质、工作条件以及婴儿出生后的情况进行 对比分析后发现，在怀孕的头 3 个月，如果孕妇每周工作 32 小时或工作时感到压力大的话，她们产下低出生体重儿的风险将增加； 如果孕妇不仅工作时间长且工作压力大，她们可能将 面临胎儿发育受影响和生产低出生体重儿的双重风险。报告说，造成上述结果的原因可能是从妊娠早期开始，孕妇的情绪就开始 “感染” 胎儿，对胎儿的生长发育产生影响。研究人员说，许多孕妇往往在妊娠后期开始减少工作时间或工作量，但这一研究提示，如果在孕早期就采取措施可能会取得更好的效果。怀孕的前 3 个月是

胎儿器官发育的关键期，也是发生畸形的高危阶段。在此期间应该避免性 生活，不接触有毒有害物质，保持空气流通。孕 1 个月时要注意的

1.2.3.怀孕初期若出现感冒症状，不要随意服药。感觉身体不适时，不要做剧烈运动或外出旅游以免造成意外流产。若非必要，不要随意做 x 光照射，应先检查身体状况，确定是否怀孕。孕 2 个月时要注意的

1.2.3.4.服药。5.6.要避免烟和酒。尽量不接触宠物避免弓形虫病。不要搬重物或做激烈运动。减少外出次数和家务活，不要过度劳累，多休息，睡眠要充足。如果出现流血并下腹胀痛、腰部乏力或腰胀疼痛应及时去医院。这段时间是胎儿形成脑及内脏的重要时期，不能做 x 光检查、要避免感冒不能轻易

孕 3 个月时要注意的

1.2.3.4.5.查。此阶段容易流产，生活细节上要特别小心，不要搬重物。可以做一些舒展景物的柔软体操或散步，避免剧烈运动。最好不要长途旅行。上班的准妈妈应保持心情愉快，避免心理负担和压力对胎儿发育的影响。孕 3 个月时可以做第一次产前检查，建立围产保健手册，按照医生的建议做定期检 孕早期的胎教准备

吸收胎教知识，吸收胎教知识，注重情绪调节

怀孕初期会使孕妇情绪不稳定，依赖性强，甚至会表现出神经质。这对孕妇和胎儿是 十分不利的。? 舒缓调节方法： 舒缓调节方法 经常散步，听舒缓的轻乐曲，调节早孕反应，避免繁重劳动。不与狗猫接触，美化净 化环境，排除噪音，情绪调节稳定，制

怒节哀，无忧无虑。散步是怀孕初期的最佳运动 由于这个阶段是怀孕的高危期，所做的运动类型，必须在么有出血的前提下，选择最 温和的活动为主，最保险的运动就是散步。怀孕期

间，心跳会比平日增加约 16 下，体温也 会增高约 0.5～1 度，且内分泌等都会与平常有不同，专家建议准妈妈们如果在怀孕前就有 持续进行的运动，可以持续进行，但应该把运动时间缩短，强度变小，同时也应该注意运动 环境，随时补充水分。早期流产 人为因素导致流产 1.外界不良因素的影响。比如：吸烟喝酒、接触有毒有害物质、情绪激动、环境恶劣等。外界不良因素的影响。比如：吸烟喝酒、接

触有毒有害物质、情绪激动、环境恶劣等。2.准妈妈不知道自己怀孕时做了剧烈运动或搬重物。准妈妈不知道自己怀孕时做了剧烈运动或搬重物。3.先兆流产是在孕早期出现阴道有时少量出血，并伴有轻微的下腹疼痛和腰酸，多是因为 先兆流产是在孕早期出现阴道有时少量出血，并伴有轻微的下腹疼痛和腰酸，下腹疼痛和腰酸 准妈妈体质虚弱、劳累、性生活所导致。准妈妈体质虚弱、劳累、性生活所导致。怎样减少流产的发生

孕早期要注意休息，避免性生活。饮食要均衡营养，生活要有规律。要避免接触有毒有害物 质和 x 射线。谷物 水果 坚果 蔬菜 蔬菜 水果 水稻、小麦、玉米、大麦、燕麦、高粱等 甘蔗、甜瓜、西瓜、香蕉、葡萄等 核桃、花生等 胡萝卜、番薯等 莴苣、菠

菜、西红柿、胡萝卜、青菜、蘑菇等 猕猴桃、橘子、草莓、樱桃、香蕉、柠檬、杨梅等 肉禽蛋类 谷物豆类 坚果类 肝脏、肾脏、蛋、鸡肉、牛肉、羊肉等 大麦、米糠、小麦胚芽、糙米、黄豆、豆制品等 核桃、腰果、栗子、杏仁、松子等 钙、锌、碘主要食物来源 含钙 含锌 含碘 奶类、海米、虾米、排骨汤等 肉类、玉米、小麦、核桃、花生等 海带、紫菜等

1、越乐观的妈妈，生育的宝宝越健康 纽约的一项新研究表明，女性对生活的态度会直接影响到她怀孕的状况。这项研究跟踪 了 129 名高危孕妇——她们都因为患有各种慢性疾病或者是曾经多次流产而被认为非常容 易早产或者是

生育低体重儿。跟踪发现，那些悲观的、认为自己的生活充满压力的准妈妈最终早产或者是生育低体重 儿的比例比乐观的准妈妈要高得多。医学家们解释说，之所以出现这种情况，是因为乐观的 人通常的生活方式也更加健康，他们的免疫能力会比较强，而这些都对生育健康的宝宝大有 帮助。

2、及时缓解坏心情 孕期抑郁症与产后抑郁症一样普遍。最近一项对 9000 名准妈妈的调查表明，大约有 10%的人遭遇过不同程度的孕期抑郁症。这种抑郁症之所以很难查明，是因为它的很多症 状，比如嗜睡、食欲的突然增加或者减少等很容易被各种怀孕反应所掩盖。但是，如果孕期的抑郁情绪得不到及时调整，就很容易增加产后抑郁症的几率。所以，如果你感觉到情绪不 对，应该及时向丈夫、亲密的朋友倾诉，或者是咨询医生。

3、让他清楚地知道你的需要 夫妻间常

犯的一个错误是总希望对方能猜中自己的心思。但是，怀孕可是他根本无法体 会的经历，所以，如果你不说，他绝对不可能知道你后背疼是怎样的一种难受，也不可能了 解你为什么突然会不可遏止地想吃一个冰淇淋。准爸爸们其实都很乐意为你服务，关键是你 首先要告诉他该怎么做。

4、每个日子都有色彩 在色彩疗法中，快乐的颜色是黄色，属于太阳的颜色。在心情有一些灰暗的日子里，花 瓶中黄色的花朵，黄色的枕头、靠垫或者黄色的桌布——它们仿佛会施魔法！当你的眼睛饱 览了欢快的颜色后，心情自然也调整到开心一挡。

5、与“宝宝”聊聊天 不用我们说，这也是很多准妈妈最愿意做的事。给她讲述你的心情，你的期待，你对未 来的设计。也可以给她哼唱一首歌，或者与宝宝一同听音乐，与她讲你对音乐的感受。你会 在随时随地的交流中感受到你与孩子息息相通。而且让母亲幸福的是，现在你就可以表达你 的爱了，即便孩子还在

孕育中。

6、帮脚放松 这个小练习可以让你疲劳的大腿“精神焕发”，同时放松你的静脉：慢慢摆动脚部，从脚 踝到脚趾，然后再反过来。当你长时间站立时可以做这个动作，每只脚做 30 次最合适。

7、避开那些吓人的分娩故事 在妈妈们聚集的育儿网站上，这样的故事并不少见。总是会有人津津乐道于如何花了 5 天时间才生下女儿，侧切的每一个细节如何恐怖……不要相信你从别人那里听到的所有故 事，它们除了让你更加紧张之外没有任何益处。

8、提前了解过程 在那个重大时刻到来之前，你最好能先熟悉将要经历的过程，并且学习和练习一些到时 候可以让你感觉更舒服的方法，这样可以帮助你减少对分娩的焦虑。现在有很 多的准妈妈课堂可以选择。

通知

公司全体人员

为了进一步规范公司规章制度，保障各项工作正常有序开展，现公司决定

一、因私事或其他事件必须由本人处理的，必须提前一天当面向部门组长或主管提出申请、递交请假条，同意后方可休假，没有批准者擅自离岗、一律按旷工处理。

二、因身体不适或临时突发不可避免的事情，必须于上班前或不迟于上班时间30分钟内致电所在部门管理人员请假。请假人员且应于假期后上班第一天补交请假条。望各部门人员严格遵守如上规章制度。

特此通知。

恒媛美服装有限公司

2025.11.15

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！