

FAS/FASD – bagaż na całe życie!

Spektrum Płodowych Zaburzeń Alkoholowych

(ang. Fetal Alcohol Spectrum Disorder)

to **zaburzenia** wynikające ze spożywania alkoholu przez kobietę w czasie ciąży i **noszą nazwę FASD**.

Najpoważniejszym uszkodzeniem u dziecka, które doświadczyło prenatalnej ekspozycji na alkohol **jest FAS – Płodowy Zespół Alkoholowy** (ang. Fetal Alcohol Syndrome), który oprócz uszkodzenia mózgu i upośledzenia wzrostu obejmuje także charakterystyczne cechy dysmorficzne twarzy.

FASD dla dziecka oznacza trudności w:

- ▶ uczeniu się,
- ▶ czytaniu,
- ▶ pisaniu,
- ▶ liczeniu,
- ▶ zapamiętywaniu,
- ▶ rozumieniu pojęć abstrakcyjnych.

Konsekwencją tych trudności są zaburzenia w komunikacji i funkcjonowaniu społecznym.

Szacuje się, że co najmniej 2 % uczniów w wieku 6-9 lat ma FASD.

Oznacza to, że FASD występuje ponad 10 razy częściej niż Zespół Downa!

Spektrum Płodowych Zaburzeń Alkoholowych

nie można wyleczyć – wczesna diagnoza i odpowiednio prowadzona terapia może usprawnić funkcjonowanie dziecka.

Pamiętaj: **zaburzeniom FASD** (Spektrum Płodowych Zaburzeń Alkoholowych) **można zapobiec!**

Zachowaj abstynencję w czasie całej ciąży!

Picie alkoholu a karmienie piersią

- ▶ Alkohol pity przez kobietę w okresie laktacji, przedostaje się do organizmu dziecka z mlekiem matki.
- ▶ Alkohol może nasilać zakłócenia ciągłości snu niemowlęcia.

PAMIĘTAJ!

Picie piwa nie poprawia produkcji mleka.



Nie pij alkoholu jeśli:

- ▶ planujesz zajść w ciążę,
- ▶ jesteś w ciąży,
- ▶ karmisz dziecko piersią!



Być rodzicem – wielka sprawa!

Każda ilość alkoholu spożyta przez kobietę w ciąży może spowodować **nieodwracalne szkody** w zdrowiu jej dziecka.



projekt finansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Instytut
Nowej Kultury





**Planujesz
ciążę?**

**Jesteś
w ciąży?**

**Karmisz
piersią?**

Zobacz, co
powinnaś wiedzieć
o alkoholu, aby
Twoje dziecko
urodziło się
zdrowe i dobrze się
rozwijało.

**Alkohol szkodzi małemu
i prowadzi do zaburzeń
neurorozwojowych u dzieci!**

➤ Alkohol, ze względu na swoją toksyczność, jest bardzo groźny dla dziecka w życiu płodowym.

➤ Alkohol zawarty w piwie, winie, wódce, nalewkach, likierach, cydrze i innych napojach alkoholowych jest taki sam i działa tak samo szkodliwie.

WAŻNE!

szklanka piwa (250 ml) o mocy 5%
kieliszek wina (100 ml) o mocy 12%
kieliszek wódki (30 ml) o mocy 40%
= 10 g alkoholu etylowego
(tzw. 1 porcja standardowa)

➤ Alkohol, jest znacznie bardziej szkodliwy dla dziecka rozwijającego się w łonie matki, niż papierosy, marihuana, kokaina, amfetamina czy inne używki.

ZAPAMIĘTAJ:

**Łożysko stanowi naturalną
ochronę płodu przed
negatywnymi czynnikami, lecz
NIE CHRONI przed szkodliwym
działaniem alkoholu!**

Cząsteczki alkoholu swobodnie przechodzą przez łożysko. Już po ok. 1h stężenie alkoholu we krwi dziecka jest takie samo, jak we krwi matki.

Alkohol **zaburza prawidłowy rozwój** zarodka i płodu, powodując wiele uszkodzeń fizjologicznych oraz poznawczych. **Konsekwencją tego są problemy w funkcjonowaniu społecznym i emocjonalnym dziecka.**

Dziecko narażone jest na:

- uszkodzenie mózgu
- wady narządów wewnętrznych (np.: serca) oraz układów: kostnego, słuchowego, wzrokowego, moczowego
- niską wagę urodzeniową
- opóźnienie rozwoju fizycznego i psychicznego
- nadpobudliwość psychoruchową
- zaburzenia pamięci
- trudności z koncentracją uwagi.

**Do bycia rodzicem warto się
przygotować!**

Picie alkoholu przez oboje partnerów przed ciążą **może obniżyć płodność** i zmniejszyć szansę zajścia w ciążę.

Lekarze zalecają zachowanie przez oboje partnerów abstynencji na trzy miesiące przed planowanym zapłodnieniem. Jest to okres, w którym powstają nowe plemniki.

Picie alkoholu w czasie ciąży może doprowadzić do **poronienia** lub **przedwczesnego porodu**.

Rodzaje uszkodzeń zależą od:

- **czasu** trwania ekspozycji na alkohol – ilości wypitego alkoholu przy jednej okazji oraz ogólnej ilości alkoholu wypitego w czasie ciąży
- **częstości picia** alkoholu przez matkę
- **okresu ciąży.**

Dodatkowe znaczenie mogą mieć takie czynniki, jak: wiek, sposób odżywiania matki, styl życia, przebyte choroby.

**Wasza wspólna odpowiedzialna decyzja
może zapewnić dziecku zdrowie
i optymalny rozwój!**

