

POGOSTA VPRAŠANJA

Ali so katere alkoholne pijače, kot je na primer rdeče vino, varnejše za pitje med nosečnostjo od drugih?

- Pitje katerekoli alkoholne pijače lahko ovira rast in razvoj otroka in povzroči **FASD**. Tudi vsa vina, piva in mešane alkoholne pijače.
- V 1 dcl rdečega ali belega vina je ista količina alkohola kot v 2,5 dcl piva ali 0,3 dcl žgane pijače.
- Nekatero mešano gazirano alkoholno pijačo vsebuje celo več alkohola kot pivo.

Je v redu, če nosečnica v določenih obdobjih nosečnosti popije malo alkoholne pijače?

- V nosečnosti **NI VARNEGA PITJA ALKOHOLA**. Pitje alkoholnih pijač je odsvetovano že takrat, ko partnerja načrtujeta nosečnost.
- Tudi **NI VARNEGA ČASA ZA PITJE ALKOHOLA V NOSEČNOSTI**. Alkohol lahko škodi otroku, ki se razvija, skozi celotno nosečnost, tudi takrat, ko ženska še ne ve, da je noseča.
- **FASD** je popolnoma preprečljiv, če otrok ni izpostavljen alkoholu med nosečnostjo.

Je v redu piti alkohol, ko se odločam/va, za nosečnost?

- Ženska je lahko noseča, pa ne ve/veša za to. Nosečnost verjetno ni prepoznana pred 4 do 6 tedni nosečnosti. To pomeni, da, če ženska takrat pije, izpostavlja otroka alkoholu, ne da bi to nameravala.
- Pitje alkohola med nosečnostjo lahko povzroči tudi splav ali mrtvorojenost.
- Najboljši nasvet je prenehati piti alkohol, ko poskušate zanositi.

Zakaj bi moralo žensko in njenega partnerja skrbeti glede pitja alkohola, če ni noseča in ne poskuša/ta zanositi?

- Če par ne uporablja kontracepcije pri spolnih odnosih in pijeta alkohol, lahko pride do zanositve in izpostavitve otroka alkoholu, preden veša za nosečnost.
- Približno polovica vseh nosečnosti je nenačrtovanih. Mnoge ženske tudi takoj ne vedo, da so noseče. Torej, če ne želite zanositi in ste spolno aktivni, se pogovorite z zdravstvenim delavcem glede dosledne rabe kontracepcije.

Kaj, če sem pila alkoholne pijače, preden sem vedela, da sem noseča?

- Redno se udeležujte pregledov v nosečnosti. Glede pitja alkohola pa se pogovorite z vašim zdravnikom ali drugim strokovnjakom.
- Nikoli ni prepozno prenehati piti alkoholne pijače. Ker rast in razvoj otrokovih možganov poteka skozi celotno nosečnost, čim prej, ko nehate piti, varneje bo to za vas in za vašega otroka.
 - Če ste v skrbeh po rojstvu otroka, se o tem čim prej pogovorite z otrokovim zdravnikom.
 - Če ne zmorete prenehati piti, se pogovorite z zdravstvenim delavcem ali drugim strokovnjakom. Obstajajo viri pomoči.

Če pijem alkohol in sem noseča, ali to pomeni, da bo imel moj otrok FASD?

- Če ste pili alkohol, ko ste bili noseči, in vas skrbi, se o tem pogovorite z otrokovim zdravnikom.
- Tveganja za posamezno nosečnost ob izpostavljenosti alkoholu nikoli ne moremo napovedati. Poleg količine zaužitega alkohola, pogostosti pitja ter časa in trajanja izpostavljenosti alkoholu na izid vplivajo še drugi dejavniki tako s strani matere kot tudi občutljivost zarodka oz. ploda. Novejše raziskave opozarjajo, da na zdravje potomcev lahko vplivajo tudi očetove pивske navade.
 - **FASD** vključuje širok razpon primanjkljajev v telesnem, miselnem in duševnem razvoju, ki jih pri novorojenčku ni vedno lahko prepoznati. Nekatero posledice se bodo morda pokazale šele takrat, ko bo otrok pričel obiskovati šolo.
 - Za **FASD** ni zdravila. Pomembno je, da otroke s **FASD** čimprej prepoznamo, saj jim le tako lahko nudimo pomoč in podporo. Raziskave kažejo, da zgodnja vključitev strokovnih služb izboljša otrokov razvoj.

