

Bescherm je baby, drink geen alcohol

Als je zwanger bent heeft alles wat je eet of drinkt invloed op je baby. Alcohol kan de hersenen van je baby beschadigen. Je kind kan levenslange gezondheidsklachten krijgen of zelfs verstandelijk gehandicapt raken.

Drank veroorzaakt aan alcohol gerelateerde geboortedefecten. Kinderen met veel problemen veroorzaakt door alcohol hebben het Foetaal Alcohol Syndroom (FAS).

Beschadigingen door alcohol duren een leven lang

Baby's blootgesteld aan alcohol tijdens de zwangerschap hebben een hoog risico op

- * een hersenbeschadiging
- * afwijkingen aan gezicht of handen
- * afwijkingen aan hart, ogen, lever en andere organen
- * moeizame ontwikkeling

Schoolkinderen blootgesteld aan alcohol tijdens de zwangerschap hebben vaak

- * leerproblemen, lager IQ
- * speciale hulp nodig op school of bezoeken het speciaal onderwijs
- * gedragsproblemen: onhandelbaarheid, hyperactiviteit, agressiviteit, onvoorspelbaarheid
- * neurologische afwijkingen

Volwassenen blootgesteld aan alcohol tijdens de zwangerschap

- * kunnen slecht situaties inschatten of gedragen zich onvolwassen
- * hebben problemen met het omgaan met anderen thuis en op het werk
- * hebben een hoog risico op drugsgebruik en alcoholisme; sociaal en crimineel gedrag; depressie en geestesziekte

Vragen

1. Kan ik alcohol drinken als ik zwanger ben?

Nee. Drink geen alcohol als je zwanger bent. Als jij drinkt, drinkt je baby mee.

2. Een beetje kan toch wel?

Huidig onderzoek wijst uit dat zelfs een avondje drinken blijvende schade kan veroorzaken. Geen enkele hoeveelheid alcohol is bewezen veilig te zijn. Neem geen risico met de gezondheid van je baby. Drink geen bier, wijn of mixdrankjes.

3. Mijn vriendin dronk tijdens de zwangerschap en haar baby is gezond!

Iedere zwangerschap is anders. Sommige baby's zijn meer beschadigd dan andere door alcohol. Geef jouw baby de beste kans op een gezond leven. Drink niet als je zwanger bent.

4. Ik ben zwanger en ik heb alcohol gedronken.

Stop nu. Geef jezelf en vooral je baby een kans op een gezond leven.

5. Ik vind het moeilijk om te stoppen met drinken.

Zoek hulp bij je huisarts of het maatschappelijk werk. Beslis dat je een beter leven voor jou en je baby wilt.

6. Ik heb een kind/pleegkind/adoptiekind dat misschien wel FAS heeft. Wat kan ik doen?

Je kind is gebaat bij een gestructureerde, rustige omgeving. Hij/zij zal waarschijnlijk speciale hulp nodig hebben, bv. logopedie, fysiotherapie, speciaal onderwijs of hulp met een dieet of bij voedselallergie. Praat met je huisarts over je zorgen. Wil je meer informatie over FAS neem dan contact op met de Foetaal Alcohol Syndroom Stichting Nederland.

