

Drogi Czytelniku,

biorąc do ręki tę broszurę, być może zastanawiasz się, czy w swojej pracy zawodowej możesz zetknąć się z dzieckiem, które w okresie prenatalnym zostało narażone na działanie alkoholu przez swoją matkę? Czy możesz spotkać kobietę, która pije alkohol będąc w ciąży? Czy temat profilaktyki spektrum płodowych zaburzeń alkoholowych w ogóle Ciebie dotyczy?

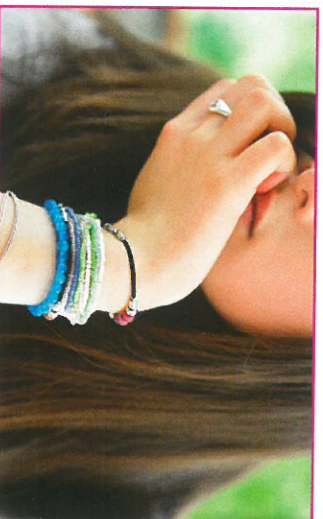
Zachęcam Cię do lektury, z nadzieją, że znajdziesz tu argumenty, fakty i wiedzę niezbędne, by przekonać się, jak istotny jest to obszar na mapie problemów alkoholowych dla każdego z nas.

Jolanta Terlikowska

specjalistka ds. FASD, pedagog, socioterapeutka,
członek Rady ds. profilaktyki FASD przy Krajowym Centrum
Przeciwdziałania Uzależnieniom

CZY PICIE ALKOHOLU PRZEZ KOBIETY W CIĄŻY TO POWAŻNY PROBLEM W POLSCE?

Chcąc odpowiedzieć na to pytanie, należy przyrzeć się wynikom różnych badań. Opierając się na raporcie z Narodowego Testu Zdrowia Polaków¹, możemy stwierdzić, że alkohol pije 73,5-85% kobiet w Polsce. Większość z nich **spożywa napoje alkoholowe okazjonalnie**, czyli nie więcej niż kilka razy w miesiącu. Jednak prawie co piąta kobieta **spożywa alkohol kilka razy w tygodniu lub codziennie**.



**Alkohol pije 73,5-85%
kobiet w Polsce.**

Tendencje wśród nastolatków

Wyniki ogólnopolskich badań ESPAD (ESPAD, 2019) pokazują, że **47% piętnastoletnich dziewcząt**, czyli prawie co druga, **piło alkohol w ciągu ostatniego miesiąca**. Połowa młodych ludzi w tym wieku nie wyobraża już sobie życia bez alkoholu. Dane te pokazują, że **picie alkoholu stało się integralnym elementem naszego życia** i na stałe wpisało się w relacje społeczne. Jak się to przekłada na okres ciąży?

Kobiety pijące alkohol w ciąży

W badaniach realizowanych w ciągu ostatnich 10 lat do picia alkoholu w czasie ciąży przynajmniej od 8 do 30% kobiet. I chociaż badania dotyczące rozpowszechnienia tego zjawiska wskazują na tendencję spadkową, to we wszystkich występuje określona grupa ryzyka. W analizie tej warto wziąć pod uwagę wyniki badania zrealizowanego na łbie (2012), w ramach którego kobiety w ciąży wypełniały ankietę, deklarując poziom używania alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, a następnie zbadano próbki ich włosów na obecność pochodnych tych substancji. Badanie to pokazało, że choć **tylko 2% kobiet przyznało się do używania alkoholu** i innych narkotyków, to jednak wyniki badania próbek włosów wykazały, że takie zachowanie faktycznie dotyczy **aż 16% badanych**. Można zatem podejrzewać, że z podobnym



Do picia alkoholu w czasie ciąży przynajmniej od 8 do 30% kobiet.

„przeklamanie” mamy do czynienia także w Polsce. Dodatkowo należy uwzględnić, że **bardzo często kobiety pytane o spożywanie alkoholu w czasie ciąży, biorą pod uwagę moment, w którym dowiedziały się o tym stanie**. Może się to różnić z faktycznym zajęciem w ciążę nawet o kilka tygodni.

Ten pierwszy okres, kiedy kobieta jeszcze nie wie, że jest w ciąży, stanowi bardzo duże ryzyko – jeśli bowiem ma ona w zyczuju spożywać systematycznie alkohol (na co wskazują wyniki badań), może w sposób nieświadomy narażać płód na uszkodzenia.

Ważne, żebyśmy zrozumieli, że **zagrożenie to dotyczy nie tylko kobiet uzależnionych od alkoholu**, nadużywających alkoholu czy upijających się, **ale wszystkich kobiet, które spożywają napoje alkoholowe i są w wieku rozrodczym**. Wszystkie będą w grupie ryzyka ze względu na możliwość narażenia płodu na uszkodzenia wywołane płodową ekspozycją na alkohol.

¹ https://ocdn.eu/special/Medonet/NTZp2021_raport_all_090621.pdf (Raport: Kraków, 2020).