



IK WIL GRAAG
ZWANGER
WORDEN



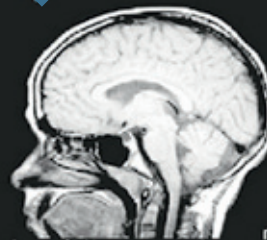
IK BEN
ZWANGER



IK GEEF
BORSTVOEDING

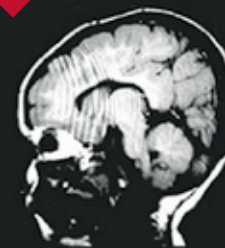
WAAROM GAAN **ALCOHOL** EN **ZWANGERSCHAP** NIET SAMEN?

HERSENEN VAN KIND
NIET BLOOTGESTELD
AAN ALCOHOL
TIJDENS
DE ZWANGERSCHAP



niet blootgesteld
aan alcohol

HERSENEN VAN KIND
BLOOTGESTELD
AAN ALCOHOL
TIJDENS
DE ZWANGERSCHAP



blootgesteld
aan alcohol

- Groeiachterstand
- Gedragsproblemen
- Lager IQ
- Gezichtsafwijkingen

Als een zwangere vrouw bier, wijn of gedistilleerd drinkt, verspreidt de geconsumeerde alcohol zich door haar hele lichaam. Ook het embryo of de foetus wordt bereikt. Dit kan schadelijk zijn vanaf het prilste begin tot en met het einde van de zwangerschap. Daarom is het advies van de Gezondheidsraad: "Neem geen alcohol tijdens de zwangerschap."

Als een zwangere vrouw alcohol heeft gedronken is het alcoholgehalte in het lichaam van de ongeboren baby hetzelfde als in haar lichaam. Dus, heeft een zwangere vrouw na het drinken van een glas bier of wijn een bloedalcoholgehalte van 0,3 promille, dan heeft haar baby dat ook.

Alcohol beïnvloedt de ontwikkeling van lichaamscellen, waardoor organen en vooral de hersenen van het kind blijvend kunnen worden beschadigd. Hersenbeschadiging door alcoholgebruik tijdens de zwangerschap kan ertoe leiden dat het kind een lager IQ en/of emotionele en gedragsproblemen krijgt, zoals hyperactiviteit, aandachtsproblemen en ongehoorzaamheid. Deze vormen van schade door alcoholgebruik tijdens de zwangerschap wordt Foetaal Alcohol Spectrum Disorder (FASD) genoemd.

Volgens een voorzichtige schatting hebben in Nederland zo'n 44.000 jongeren FASD.

Het Foetaal Alcohol Syndroom (FAS) is de meest schadelijke vorm van FASD die kan optreden als de moeder veel en/of vaak alcohol heeft gedronken tijdens de zwangerschap. Kinderen met FAS zijn kleiner dan gemiddeld, hebben afwijkende gezichtskenmerken (zoals een dunne bovenlip, een plat neusgootje en kleine ogen) en ernstige hersenschade.

Deskundigen schatten dat er in ons land zo'n 4.800 mensen zijn met FAS.

IK WIL GRAAG ZWANGER WORDEN

Waarom kunnen vrouwen en mannen beter geen alcohol drinken als ze een kinderwens hebben?

Alcohol kan het sperma en de eicellen beschadigen.

Gevolgen van alcoholgebruik

Het duurt langer om zwanger te worden en er is een verhoogde kans op een miskraam.

IK BEN ZWANGER

Waarom geen alcohol als een vrouw zwanger is?

Alcohol kan via het bloed van de moeder bij het embryo of de foetus komen en de cellen van het ongeboren kind beschadigen. Ook weinig alcohol kan al schadelijk zijn.

Gevolgen van alcoholgebruik

Grotere kans op gedragsproblemen, groeiachterstand en hersenschade bij de baby. Ook bestaat er een kans op gezichtsafwijkingen.

IK GEEF BORSTVOEDING

Waarom geen alcohol als een vrouw borstvoeding geeft?

Alcohol kan via de moedermelk bij de pasgeboren baby komen.

Gevolgen van alcoholgebruik

De melkproductie kan afnemen.

Het kind drinkt minder goed en kan een verstoord slaap-waakpatroon krijgen.

ALCOHOL EN GEZONDHEID

Het algemene advies van de Gezondheidsraad voor alle volwassenen over alcoholgebruik luidt: **“Drink geen alcohol of in ieder geval niet meer dan één glas per dag”.**

DAAROM IS HET ADVIES VAN DE GEZONDHEIDSRAAD: NEEM GEEN ALCOHOL TIJDENS DE ZWANGERSCHAP.

Voor meer informatie:

- www.stap.nl
(klik op thema Alcohol en Zwangerschap).
- www.fasd.nl
- www.alcoholvrijzwanger.nl

© Nederlands Instituut voor Alcoholbeleid STAP

Postbus 9769

3506 GT Utrecht

T 030 6565 041

E info@stap.nl

W www.stap.nl

2024-10

