


**Czy znana jest
ilość alkoholu,
którą może wypić kobieta w ciąży
bez szkody dla dziecka?**

Co to jest FAS?

**W jaki sposób
wychowuje się dziecko z FAS?**








Zgodnie z aktualną wiedzą medyczną nie istnieje bezpieczna dawka alkoholu, którą może spożywać kobieta w ciąży bez wpływu na dziecko. Łożysko nie stanowi bariery ochronnej i składniki alkoholu bez problemu przenikają do jego organizmu. Można więc powiedzieć, że kiedy kobieta w ciąży pije alkohol, dziecko pije razem z nią. Kiedy matka jest zatruta alkoholem, ono także jest zatrute – krew dziecka zawiera również alkohol. Przy tym usuwanie alkoholu z krwi dziecka trwa dwukrotnie dłużej niż z krwi matki.

Kiedy kobieta planuje ciążę lub już w niej jest, nie powinna zatem pić alkoholu pod żadną postacią. Powinna zrezygnować z piwa, wina, likierów, drinków, wódki itp. Jeśli zdarzyło się jej wypić alkohol, zanim dowiedziała się o ciąży, nie ma sensu wpadać w panikę czy zamartwiać się, za to warto zrobić wszystko, by dalej nie ryzykować zdrowiem dziecka, czyli... nie pić alkoholu!



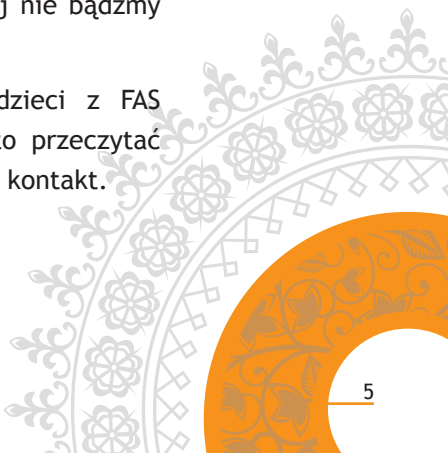
Dzieci matek, które spożywały alkohol w czasie ciąży, mogą urodzić się z tzw. płodowym zespołem alkoholowym. Na jego określenie używa się skrótów FAS od nazwy takich zaburzeń w języku angielskim. Stąd możemy się spotkać z określeniem „dzieci z FAS”. W ich przypadku mamy do czynienia z „zespołem”, czyli wieloma zaburzeniami. Na przykład wyglądu – na ogół takie dzieci mają mniejszą wagę i wzrost, a także główkę. Charakterystyczne dla ich twarzy są małe, szeroko rozstawione oczy, krótki, spłaszczony nos, cienka górna warga. Mają zaburzenia wzroku, słuchu, nieprawidłowy zgryz. Ponadto często występują u nich wady serca, nerek, wątroby, kręgosłupa, stawów. Niemowlęta z FAS nie umieją ssać pokarmu, są niespokojne, nadmiernie reagują np. na światło, dźwięki, dotyk. W kolejnych latach okazuje się, że mają kłopoty ze sprawnością rąk, np. przy zapinaniu guzików, zawiązywaniu sznurówek, pisaniu. Mają nierówny chód, trudno im zrozumieć, co się do nich mówi. Nie mogą skupić uwagi, występują u nich kłopoty z zapamiętywaniem, liczeniem, zrozumieniem i kontrolowaniem czasu, wyciąganiem wniosków z popełnionych błędów. Większość takich dzieci ma poziom inteligencji niższy od normalnego. W codziennym życiu są mało samodzielne, trudno im podporządkować się jakimś normom, zasadom czy wypełniać




obowiązki. Działają raczej pod wpływem impulsu, mają zmienny nastrój. Jako osoby dorosłe często nie potrafią żyć samodzielnie, czyli np. zdobyć i utrzymać pracę czy założyć rodzinę. U niektórych dzieci występuje tylko część tych objawów.


Niepicie alkoholu przez ciążarną w 100% chroni jej dziecko przed FAS. Nie namawiajmy zatem kobiet w wieku rozrodczym, by napiły się alkoholu, nie żartujmy z nich, a tym bardziej nie bądźmy złośliwi, gdy odmawiają.

Aby lepiej zrozumieć problemy dzieci z FAS i ich rodzin bądź opiekunów, warto przeczytać wypowiedzi osób, które miały z nimi kontakt.





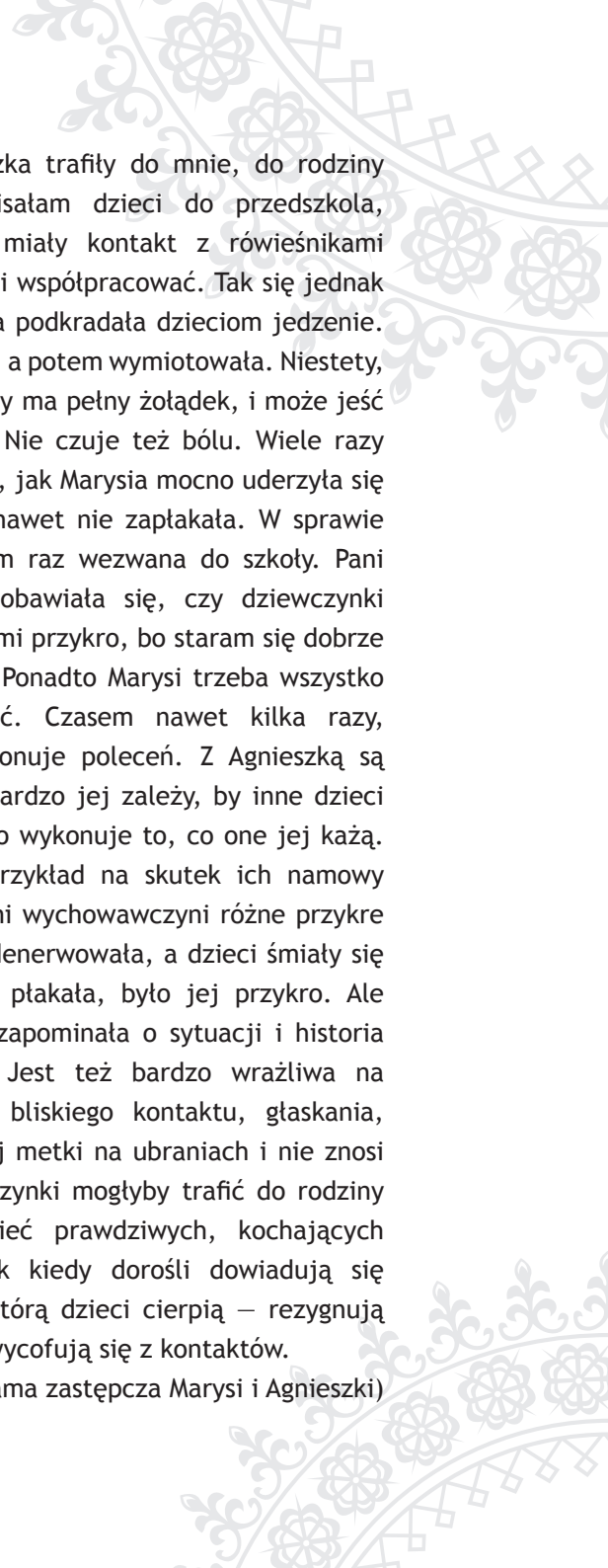

Kacperkiem zajmuję się od dwóch lat. Trafił do mnie po tym, jak jego mama, a moja córka zmarła w wyniku nadużywania alkoholu. Kacper ma osiem lat. Urodził się bardzo mały i lekki, miał małą główkę. Do dzisiaj jest mniejszy i lżejszy od jego rówieśników. Wygląda jakby miał o 3 lata mniej. Tak też się zachowuje. Starsze rodzeństwo Kacpra jest zdrowe, gdyż w czasie tych ciąży jego mama nie piła. Brat i siostra uczą się dobrze i nie sprawiają większych problemów. Kacper jest inny. Ma kłopoty z zapamiętywaniem nawet najprostszych rzeczy. Nie mówię nawet o nauce w szkole, chociaż jego pani skarży się, że jest nadpobudliwy i z trudem potrafi skupić się przez choćby pięć minut. Kacper nie rozumie prostych poleceń, nie jest w stanie zapamiętać nawet trzech kolorów albo kilku nazw samochodów. Nie umie bawić się z innymi dziećmi. Niestety, ma również uszkodzony wzrok. Pani psycholog w poradni psychologiczno-pedagogicznej, która



badala Kacpra, stwierdzila, ze ma on problemy z rozumieniem pojec. Kacper nie zna wartosci pieniedzy, nie umie poslugiwac sie zegarkiem, czesto myli kierunki. Kilka razy nie potrafit wrócic ze szkoly do domu, bo zapomniat drogi. Musze go stale pilnowac. Jestem juz bardzo zmeczona... a nie ma raczej szans na to, ze sytuacja sie zmieni na lepsze, kiedy bedzie starszy.


(Jadwiga, babcia Kacpra)

Marysia i Agnieszka maja 11 i 8 lat. Ich rodzice pili „od zawsze”. Marysia ma czesciowy, a Agnieszka pelnoobjawowy FAS. Kiedyś matka dziewczynek przyznala, ze rodzac Agnieszke, byla calkowicie pijana. Lekarze bardzo sie denerwowali i krzyczeli, kiedy na sale porodowa zostala wwieziona nietrzezwa i belkoczaca pacjentka. Jej jednak bylo wszystko jedno. Kiedy sasiedzi powiadomili pracownika pomocy spolecznej, ze dziewczynki dwa dni spedzily same w mieszkaniu, bez jedzenia i picia,




Marysia i Agnieszka trafiły do mnie, do rodziny zastępczej. Zapisaliśmy dzieci do przedszkola, chciałam, żeby miały kontakt z rówieśnikami i uczyły się z nimi współpracować. Tak się jednak nie stało. Marysia podkradała dzieciom jedzenie. Zjadała wszystko, a potem wymiotowała. Niestety, ona nie wie, kiedy ma pełny żołądek, i może jeść przez cały czas. Nie czuje też bólu. Wiele razy byłam świadkiem, jak Marysia mocno uderzyła się czy zadrapała i nawet nie zapłakała. W sprawie siniaków zostałam raz wezwana do szkoły. Pani wychowawczynie obawiała się, czy dziewczynki nie są bite. Było mi przykro, bo staram się dobrze nimi opiekować. Ponadto Marysi trzeba wszystko głośno powtarzać. Czasem nawet kilka razy, a i tak nie wykonuje poleceń. Z Agnieszką są inne problemy. Bardzo jej zależy, by inne dzieci ją lubiły i dlatego wykonuje to, co one jej każą. Wiele razy na przykład na skutek ich namowy szła i mówiła pani wychowawczynie różne przykre rzeczy. Pani się denerwowała, a dzieci śmiały się z Agnieszki. Aga płakała, było jej przykro. Ale po kilku dniach zapomniała o sytuacji i historia się powtarzała. Jest też bardzo wrażliwa na dotyk. Nie lubi bliskiego kontaktu, głaskania, przeszkadzają jej metki na ubraniach i nie znosi czesania. Dziewczynki mogłyby trafić do rodziny adopcyjnej i mieć prawdziwych, kochających rodziców. Jednak kiedy dorośli dowiadują się o chorobie, na którą dzieci cierpią – rezygnują z ich przyjęcia, wycofują się z kontaktów.

(Barbara, mama zastępcza Marysi i Agnieszki)



Razem z mężem tworzymy szczęśliwy związek. Planowaliśmy dziecko i udało mi się zajść w ciążę. W trakcie ciąży piłam czerwone wino. Ciotki twierdziły, że czerwone wino wzmacnia produkcję czerwonych ciałek krwi. Piłam regularnie wino, prawdę powiedziawszy czasem również lampkę koniaku, bo słyszałam, że powoduje obkurczanie ścianek macicy. Kilka razy z okazji jakichś uroczystości wypięłam więcej, jednak nie uważałam, że jest to jakiś problem. Nie jestem uzależniona, nie mam problemów z pićm, pracuję, jestem szanowaną osobą. Wydawało mi się, że o ile alkohol nie pomoże jakoś specjalnie, to z pewnością nie zaszkodzi dziecku. Michał urodził się dziwny. Był mały, słaby i jego buzia była trochę inna niż u dzieci, które znałam. To był jednak najmniejszy problem naszego Michałka. Dużo gorsze było to, że nasz syn jest upośledzony umysłowo. Nigdy nie będzie zdrowy i zawsze będzie wymagał naszego wsparcia i pomocy. Michał cierpi na FAS – Alkoholowy Zespół Płodowy. Nie potrafię pogodzić się z tym, że trwale uszkodziłam własne dziecko. Płacę najwyższą cenę za chwilę własnej słabości. Dodatkowo mam wyrzuty sumienia w stosunku do własnego dziecka. Zastanawiam się, jak Michał da sobie radę, kiedy nas już nie będzie... Jestem załamana. Ciągle płaczę.

(Zuzanna, mama Michała)



Zaneta skończyła 14 lat. Stabo się uczy, powtarza klasę. Aktualnie ma specjalnie dostosowany do swoich możliwości program nauczania w szkole. Poświęcam jej dużo czasu, organizuję zajęcia wyrównawcze. Mimo że spędza mnóstwo czasu nad książkami, ma problemy z kojarzeniem faktów i przyswajaniem nowych umiejętności. Żanetka nie rozumie wielu słów. Nie wie, jak zachowywać się wobec innych ludzi. W szkole na przykład nie ma wspólnych tematów z rówieśnikami, nie rozumie żartów. Przerwy spędza więc sama. Na lekcjach nie umie pracować wspólnie z innymi. Dlatego uczniowie izolują się od niej i wyśmiewają ją. Staram się spędzać z nią czas, nie zawsze jednak jestem w stanie zajmować się tylko nią. Z informacji, jakie mam od opiekunów Żanety, wiem, że jej jedynym przyjacielem jest kot. Rówieśnicy też się o tym dowiedzieli i uprzykrzają jej życie. Dziewczyna wyraźnie cierpi. Nie potrafi sobie poradzić, zła na siebie kaleczy sobie skórę. Kilka razy dostała ataków szału i rzuciła się na dziewczyny z klasy. Wtedy nie wezwaliśmy pogotowia, sytuację udało się załagodzić. Nie wiem, jak będzie kolejnym razem...

(Anna, wychowawczynie Żanety)





Partnerzy:



INSTYTUT MEDYCYNY PRACY IM. PROF. J. NOFERA

www.programszwajcarski.gov.pl, www.zdrowiewciazy.pl

Publikacja współfinansowana przez Szwajcarię w ramach szwajcarskiego programu współpracy z nowymi krajami członkowskimi Unii Europejskiej

realizacja i druk: www.yanaka.pl

opracowanie treści: Krajowe Centrum Promocji Zdrowia w Miejscu Pracy
Instytutu Medycyny Pracy im. prof. dra med. Jerzego Nofera przy współpracy z Beatą Stebnicką i Piotrem Paczullą

