

## Auch auf die zukünftigen Väter kommt es an.

Wenn Sie als werdender Vater Alkohol zu sich nehmen, hat dies sicher keinen direkten Einfluss auf die Entwicklung des Kindes im Mutterleib. Aber Ihre Vorbildfunktion als Eltern beginnt schon jetzt, nämlich mit der bewussten Entscheidung für die Gesundheit Ihres Kindes. Fordern Sie Ihrer Partnerin während der Schwangerschaft nicht zum Trinken von Alkohol auf und unterstützen Sie sie auch in Situationen, wo sie – beispielsweise bei gesellschaftlichen Anlässen – zum Konsum alkoholischer Getränke aufgefordert wird. Trinken Sie stattdessen gemeinsam alkoholfreie Getränke – es gibt durchaus wohlschmeckende Alternativen!



[trinkenmitmass.it](http://trinkenmitmass.it)

Dieses Faltblatt ist Teil  
der Kampagne „Trinken mit Maß“.

Ein Projekt von Forum Prävention und dem Südtiroler Sanitätsbetrieb,  
finanziert von der Autonomen Provinz Bozen - Südtirol, Ressort für Familie,  
Gesundheit und Sozialwesen



Südtiroler  
Sanitätsbetrieb



Azienda Sanitaria  
dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Sudtiroi

AUTONOME PROVINZ  
BOZEN - SÜDTIROL

Ressort für Familie,  
Gesundheit und Sozialwesen



PROVINCIA AUTONOMA  
DI BOLZANO - ALTO ADIGE

Dipartimento alla famiglia,  
sanità e politiche sociali

# Alkohol und Schwangerschaft

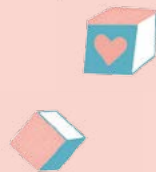
Für zukünftige Mütter,  
aber nicht nur...



Der Alkoholkonsum ist tief in den Traditionen und dem Volksleben verankert. Alkohol wird seit Menschengedanken als Nahrungs-, Heil-, Genuss- und Rauschmittel gebraucht. Alkohol ist eine Alltagsdroge, die in Südtirol von vielen Menschen konsumiert und geschätzt wird, die aber auch Ursache von Krankheiten, Unfällen und menschlichem Leid ist.

Es ist wichtig, dass schwangere Frauen und deren Partner die Risiken des eigenen Alkoholkonsums für das ungeborene Kind kennen. Für viele Frauen stellt sich daher in der Folge die Frage: *Wie viel Alkohol kann ich während der Schwangerschaft konsumieren, ohne die Gesundheit meines Kindes zu gefährden?*

Die heutigen wissenschaftlichen Erkenntnisse erlauben es nicht, einen klaren Grenzwert zu definieren. Angesichts dieser Unsicherheit und unter Berücksichtigung des Risikos schwerwiegender Auswirkungen auf das Kind, muss schwangeren Frauen vom Alkoholkonsum generell abgeraten werden.



## Dem Baby zuliebe...

Es ist allgemein bekannt, dass sich während der Schwangerschaft der Konsum von Alkohol negativ auf die Entwicklung eines ungeborenen Kindes auswirken kann: In der Schwangerschaft bilden Sie und Ihr Baby eine Einheit, Ihre Körper sind über die Nabelschnur und die Plazenta verbunden. Die Nabelschnur versorgt das Ungeborene mit Sauerstoff und allen Nährstoffen, die es zum Wachsen braucht. Wenn Sie also alkoholische Getränke zu sich nehmen, verbreitet sich der Alkohol nicht nur in Ihrem Körper, sondern erreicht auch den Blutkreislauf Ihres ungeborenen Kindes. Es ist wichtig, diese Tatsache zu bedenken und diesbezüglich den eigenen Alkoholkonsum zu überdenken.



## Bedenken Sie – Ihr Baby trinkt immer mit. Am besten ist es, keinen Alkohol zu trinken.

Aus diesen Gründen ist es für jene, die sich ein Kind wünschen, ratsam, keinen Alkohol zu trinken. So können Sie ihr Kind von Anfang an am Besten vor alkoholbedingten Schädigungen schützen. Es ist nicht unhöflich „Nein danke!“ zu sagen und ein angebotenes Getränk abzulehnen oder nach einer alkoholfreien Alternative zu fragen. Lassen Sie sich nicht durch andere unter Druck setzen und zum Trinken nötigen. Treffen Sie Ihre Entscheidung: Jede alkoholfreie Zeit ist ein Beitrag dazu, dass Ihr Babys gesund zur Welt kommt.

## Während seiner gesamten Entwicklung ist ein Ungeborenes gefährdet.

Alkoholkonsum in der Frühphase der Schwangerschaft kann schwerwiegende körperliche Schäden zur Folge haben. Im späteren Verlauf der Schwangerschaft kann Alkoholkonsum zu Wachstumsstörungen, neurologischen Auffälligkeiten und geistigen Entwicklungsstörungen beim Kind führen.

- 1. bis 3. Schwangerschaftsmonat: In dieser Phase besteht die größte Gefahr für körperliche Fehlbildungen. Durch den Alkohol wird die Zellvermehrung, aber auch die Zellteilung ungünstig beeinflusst, sodass es zu Fehlbildungen kommen kann.
- Ab dem 4. Schwangerschaftsmonat: Auch während dieser Zeit kann Alkoholkonsum zu Wachstumsstörungen führen. Im letzten Drittel der Schwangerschaft kommt es normalerweise zu einem deutlichen Wachstum des Kindes, das durch Alkohol in dieser Phase empfindlich gestört werden kann.



Die Feststellung einer Schwangerschaft sollte daher möglichst früh erfolgen und sobald Sie ein positives Ergebnis haben, sollten Sie am besten auf Alkoholisches verzichten.

Die schwerste Form der Schädigung von Kindern durch massiven Alkoholkonsum während der Schwangerschaft wird als „Fetales Alkoholsyndrom (FAS)“ bezeichnet. Kinder, die davon betroffen sind, weisen körperliche Entwicklungsstörungen auf und sind in ihrem Verhalten auffällig. Die Schäden sind meist bleibend und eine Chance auf Heilung besteht kaum. Viele Kinder sind ihr ganzes Leben lang auf fremde Hilfe und Fürsorge angewiesen.

## Alkohol und Stillen

Wenn während der Stillphase Alkohol konsumiert wird, enthält auch die Muttermilch Alkohol, und zwar im selben Maß wie die Alkoholkonzentration im Blut der Mutter. Um ganz sicher zu gehen, kann die Mutter auch in der Stillzeit auf Alkohol verzichten.

