**Spektrum Płodowych Zaburzeń Alkoholowych (FASD)**

**Ciąża** to okres, w którym rezygnacja ze spożywania alkoholu jest szczególnie ważna.

**Żadna dawka alkoholu nie jest bezpieczna dla dziecka będącego w łonie matki oraz dziecka karmionego piersią.** Każda ilość spożytej przez matkę substancji psychoaktywnej może mieć nieodwracalny wpływ na rozwój płodu i małego dziecka.

**Spektrum Płodowych Zaburzeń Alkoholowych (FASD)** jest nieuleczalnym, niegenetycznym zespołem chorobowym mogącym wystąpić u dzieci, których matki piły alkohol w czasie ciąży. **Płodowy Zespół Alkoholowy (FAS),** będący najcięższą formą uszkodzeń
i zaburzeń poalkoholowych powstaje w wyniku ekspozycji płodu na alkohol i jego toksycznego działania na rozwijający się organizm. Większość szkód jakie doświadcza dziecko jest nieodwracalna, a dotyczą one każdej ze sfer funkcjonowania: somatycznej, psychicznej, poznawczej, behawioralnej czy społecznej.

Alkohol ma również wpływ na jakość materiału genetycznego przekazywanego potomstwu. Dlatego **zaleca się abstynencję obojga rodziców przynajmniej trzy miesiące przed zapłodnieniem**.

**FASD charakteryzują:**

* uszkodzenia ośrodkowego układu nerwowego,
* zaburzenia neurologiczne,
* opóźnienie rozwoju fizycznego i psychicznego,
* zaburzenia zachowania,
* niedorozwój umysłowy,
* nadpobudliwość psychoruchowa,
* wady rozwojowe (m.in.: serca i stawów).

Skutkiem tych nieprawidłowości mogą być u dziecka trudności z:

* uczeniem się,
* koncentracją uwagi,
* pamięcią i zdolnością do rozwiązywania problemów,
* koordynacją ruchową,
* zaburzeniami mowy,
* relacjami z ludźmi,
* przestrzeganiem norm społecznych.

Deficyty związane ze **Spektrum Płodowych Zaburzeń Alkoholowych (FASD)** mają  wpływ na rozwój intelektualny oraz społeczny także w okresie dorastania i po osiągnięciu dorosłości.

Najcięższą formę uszkodzeń wywołanych prenatalną ekspozycją na alkohol stanowi **Płodowy Zespół Alkoholowy (FAS)**, w którym oprócz uszkodzeń ośrodkowego układy nerwowego, jak opisane powyżej, wstępują również:

* prenatalne i postnatalne zaburzenia wzrostu (masa + długość ciała),
* dysmorfie twarzy (charakterystyczne cechy budowy twarzy: wąskie szpary powiekowe, brak rynienki podnosowej, brak górnej czerwieni wargowej).

Ponadto, do często występujących cech fizykalnych należą:

* małogłowie (mikrocefalia),
* spłaszczona środkowa część twarzy,
* krótki, zadarty nos,
* mała żuchwa,
* niesymetrycznie osadzone uszy,
* zmarszczka nakątna (w kąciku oka).

Z badań zrealizowanych w Polsce wynika, że od kilkunastu do blisko 40% kobiet w ciąży sięga po alkohol. Szacuje się, że FASD to najbardziej rozpowszechnione w Europie niegenetyczne schorzenie neurorozwojowe. W Polsce każdego roku na świat przychodzi około 8 tysięcy dzieci z FASD.

Pamiętajmy!

**Zaburzeniom związanym z FASD/FAS można w stu procentach zapobiec zachowując abstynencję w ciąży.**

Więcej informacji znajdziesz na stronach:

* [www.ciazabezalkoholu.pl](http://www.ciazabezalkoholu.pl)
* w zakładce *Wiedza* na stronie [www.kcpu.gov.pl/fasd/](http://www.kcpu.gov.pl/fasd/)
* na Facebook Krajowego Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom