



Rizika užívání alkoholu v těhotenství

V celém období těhotenství neexistuje bezpečné množství alkoholu.

Přestože se z různých zdrojů můžeme dočíst o tom, že pár skleniček během těhotenství nemůže způsobit žádné závažné problémy, není tomu tak. Proto je důležité na tento mýtus upozornit a vyvrátit ho.

Konzumaci alkoholu v jakémkoliv množství lze považovat za riziko pro dítě i matku. Nezáleží na tom, o jaký druh alkoholu se jedná. Jestli těhotná pije pivo nebo víno. Nejlepší variantou je se konzumaci alkoholu po celé období těhotenství úplně vyhnout. V odborné společnosti panují i takové názory, že skutečně malé množství neprokázalo poškození plodu. Ovšem úplnou abstinenci v těhotenství doporučují ženám i lékaři a společnosti, jako je CDC nebo WHO.

V počátcích vývoje jsou při konzumaci alkoholu negativně ovlivňovány převážně vyvíjející se orgány a také centrální nervová soustava.

Dalším rizikem pro miminko je, že k němu alkohol prostřednictvím placenty přichází velmi rychle. Je prokázáno, že alkohol v krvi plodu dosahuje stejné hladiny jako v krvi matky. Současně ale organismu dítěte trvá dvakrát pomaleji, než se mu podaří alkohol odbourat. Znamená to, že na něj alkohol a jeho negativní účinky působí déle. K odbourání alkoholu jsou potřeba jaterní enzymy, které ale dítě do 8. týdne vývoje nemá. Proto je dítě nejvíce citlivé na příjem alkoholu v prvním trimestru těhotenství. Ani v další fázi těhotenství nemá ještě orgány odbourávající alkohol (játra a ledviny) vyvinuty tak, aby se dokázaly bezpečně vyrovnat s přítomností alkoholu v těle.

Užívání alkoholu je pro dítě škodlivé i v pozdějších stádiích těhotenství. Pokračování v konzumaci alkoholu ve druhém a třetím trimestru představuje riziko pro rozvoj duševních a tělesných poruch v prenatálním i postnatálním vývoji. Alkohol může způsobit vznik neurologických poruch, psychických poruch či růstovou nebo mentální retardaci.

Konzumace alkoholu během těhotenství může být rizikovým faktorem pro další nepříznivý průběh těhotenství nebo porodu. Konzumace pravidelného a velkého množství alkoholu může skončit fatálně, a to předčasným ukončením těhotenství nebo porodem mrtvého miminka.

Nepít v těhotenství je normální. Nemusíte hledat výmluvy nebo se stydět odmítnout alkohol.

Další užitečné informace najdete na:

<https://www.alkohol-skodi.cz>

<https://www.alkoholpodkontrolou.cz>

<https://www.nzip.cz/clanek/195-alkohol-v-tehotenstvi>

Národní linka pro odvykání alkoholu: 800 35 00 00