



Grūtniecība un ~~alkohols~~



Slimību profilakses un kontroles centrs
Materiāls sagatavots 2022. gadā

PASARGĀ SEVI UN SAVU BĒRNU!

Nav droša alkohola daudzuma, ko sievietē var lietot grūtniecības laikā.

4 līdz 60 minūtes pēc tam, kad māte lietojusi alkoholu, tā **koncentrācija augļa asinīs būs tikpat augsta**, cik mātes asinīs.

Alkohola lietošana grūtniecības laikā **izraisa skābekļa samazināšanos** augļa ķermeņa audos, piemēram, smadzenēs, sirdī, plaušu asinsvados un aknās.



Jebkura kaitīga viela, t. sk. alkohols, ko uzņem grūtniece, **caur placentu un nabassaiti nonāk līdz auglim** un ietekmē tā attīstību.

Alkohols augļūdenos saglabājas pat tad, kad mātes asinīs to vairs nevar konstatēt.

Alkohola lietošana pirmajā grūtniecības trimestrī, kad embrijs veidojas par augli, **var ietekmēt organisma pamatstruktūru veidošanos**. Vēlākajos mēnešos pieaug smadzeņu attīstības un augšanas traucējumu risks bērnam.

STATISTIKA

Bērnam ir par **2,9 reizēm lielākas izredzes iedzimtām anomālijām, ja māte grūtniecības laikā ir lietojusi alkoholu.**



Vidēji katrā **6.** sievietē Eiropā **lieto alkoholu grūtniecības laikā.**



Latvijā pēdējā gada laikā alkoholu lietojušas **6 no 10 sievietēm reproduktīvajā vecumā.***



* 15–54 gadus vecas sievietes. SPKC 2021. gada dati.



Spontānais aborts



Uzturvielu trūkums



Traumas alkohola intoksikācijas rezultātā



Atūdeņošanās dehidratācija



Augsts asinsspiediens



Vemšana

KĀDI IR RISKI MĀTES VESELĪBAI?



Gestācijas diabēts (grūtniecības cukura diabēts)

Augļa alkohola sindroms



Samazināts jaundzimušā svars un augums



Sejas, ausu un roku pirkstu deformācijas



Centrālās nervu sistēmas attīstības traucējumi

Augļa alkohola spektra traucējumi



Uzmanības traucējumi



Kustību attīstības traucējumi



Atmiņas un mācīšanās traucējumi



Hiperaktivitāte



Iekšējo orgānu traucējumi

Citi riski



Priekšlaicīgas dzemdības



Nedzīvi dzimis bērns

KĀDI IR RISKI BĒRNA VESELĪBAI?

× **%** **Atsakies** no alkohola, ja plāno grūtniecību!



Neskaidros jautājumus pārrunā ar savu ģimenes ārstu, ginekologu, vecmāti vai citu veselības aprūpes speciālistu!



KĀ RĪKOTIES?

Ja uzzini par grūtniecības iestāšanos un grūtniecības sākumposmā esi lietojusi alkoholu, **izvairies no turpmākas alkohola lietošanas!**

Atceries, ka alkohola lietošanai grūtniecības laikā:

Nav droša daudzuma.

Nav droša laika.

Nav droša veida.