



## Null alkohol under graviditet

Det finnes ikke noen sikker nedre grense for alkoholinntak i svangerskapet. Alkohol kan skade fosteret i alle faser av svangerskapet, og skadevirkningene er livsvarige, viser ny rapport.

Sosial- og helsedirektoratet nedsatte i fjor en hurtigarbeidende ekspertgruppe som skulle vurdere forebygging av skader på grunn av alkoholbruk i svangerskapet, samt utredning og behandling av slike skader.

- Det finnes en rekke studier som viser at alkohol har negativ effekt på fosteret – også i moderate mengder. Flere land har tatt konsekvensen av dette og anbefaler totalavhold gjennom hele svangerskapet slik Norge gjør, sier avdelingsdirektør Jens Guslund i Sosial- og helsedirektoratet.

### Livsvarige problemer

Unge mennesker i befruktningsdyktig alder drikker oftere og mer. - Det er bekymringsfullt at mange har hatt et stort alkoholinntak før de er klar over at de er gravide. Forskingen viser at alkoholbruk i svangerskapet øker risikoen for medfødte misdannelser, avvikende utseende, veksthemming, hjerneskader, atferdsforstyrrelser og kognitive problemer hos barnet. Lavt alkoholinntak er særlig assosiert med kognitive problemer og atferdsforstyrrelser. Problemene varer livet ut.

### Føre var

Ekspertgruppen anbefaler derfor at gravide ikke bør drikke alkohol, at de gravide som allerede har drukket alkohol i svangerskapet bør stoppe for å minimalisere videre risiko og at de kvinnene som planlegger å bli gravide ikke bør drikke alkohol. Dette er i tråd med de anbefalinger SHdir gir sier Guslund.

Ekspertgruppen foreslår videre:

Kartlegging av alkoholvaner bør inngå som en fast rutine ved første svangerskapskontroll og gjentaes gjennom svangerskapet.

Gravide som forsetter å drikke etter anbefaling om avhold, tilbys tette svangerskapskontroller for å motivere til avhold.

Kvinner som ikke raskt nyttiggjør seg denne hjelpen, henvises til forsterkede helsestasjoner eller spesialiserte tjenester for gravide.

Hvis poliklinisk støtte ikke er nok, motiveres for innleggelse i tiltak for gravide med rusproblemer.

For kvinner som ikke tar imot relevante hjelpetiltak, og der alkoholinntaket er av en slik art at det er overveiende sannsynlig at barnet blir født med skade, kommer Lov om sosiale tjenester om tilbakeholdelse av gravide rusmiddelmissbrukere til anvendelse.

Det er behov for mer informasjon om faren ved alkoholbruk i svangerskapet. Gruppen anbefaler nasjonale helseopplysningskampanjer, merking av alkoholholdige varer, kompetanseheving, brosjyremateriell etc. i tillegg til direkte muntlig informasjon på individuell basis på helsestasjoner samt informasjon til ungdom på skolen.

Sosial- og helsedirektoratet vil vurdere ekspertgruppens forslag. Direktoratet vil bl.a. ta stilling til om det skal lages en plan for forebygging og behandling av skadelig alkoholbruk i svangerskapet inkludert informasjonstiltak generelt og mot prioriterte grupper. Anbefalinger til helsepersonell blir gitt bl.a. i direktoratets retningslinjer for svangerskapsomsorgen, som nylig er ferdig

### **Fakta**

Føtalt alkoholsyndrom (FAS) er karakterisert ved et spesielt utseende, (spesielt smale lepper og små øyenspalter), veksthemming og forstyrrelser i sentralnervesystemet. Barna kan også ha andre medfødte misdannelser, bl.a. medfødte hjertefeil. Barn med føtale alkoholeffekter (FAE) har de samme problemene med sentralnervesystemet, men har ikke medfødte misdannelser og et normalt utseende. FAS er særlig assosiert med betydelig alkoholbruk i første tredjedel av svangerskapet.

Kilde: Sosial- og helsedirektoratet