

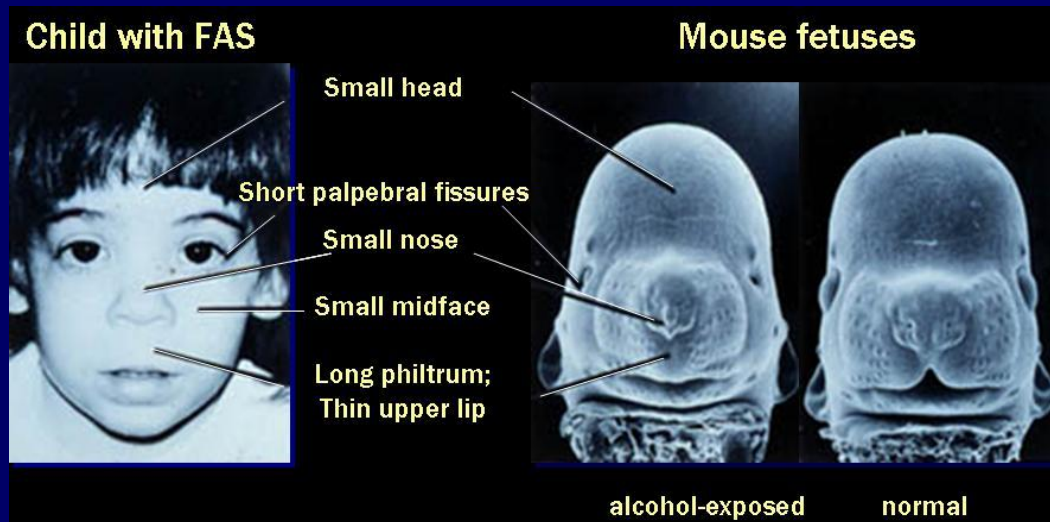
Предупреждение воздействия алкоголя на плод во время беременности

Татьяна Балашова, PhD
Associate Professor, Co-Director ITP
Медицинский Центр Университета Оклахомы

Москва
8 Апреля, 2011

Алкоголь и беременность

- Алкоголь – это тератоген
- Алкоголь негативно влияет на развитие плода и может вызвать фетальный алкогольный синдром и другие врожденные пороки развития



Фетальный алкогольный синдром (ФАС)

Употребление алкоголя во время беременности является основной предотвратимой причиной врожденных дефектов и пороков развития



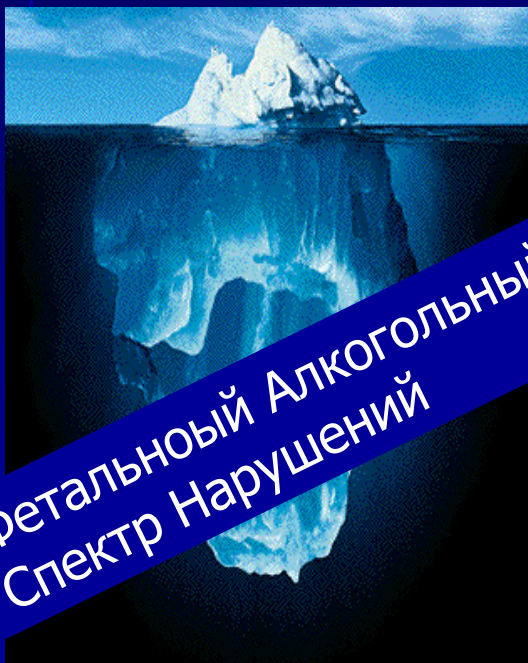
Photo courtesy of Dr. Streissguth

Normal brain of a six-week-old baby
and brain of a baby with FAS



Photo courtesy of Dr. Clarren

ФАС – лишь вершина айсберга



Фетальный Алкогольный
Спектр Нарушений

Фетальный Алкогольный Спектр Нарушений (ФАСН)

- Фетальный Алкогольный Синдром (ФАС)
- Врожденные дефекты, связанные с воздействием алкоголя (ARBD)
- Нарушения нервного развития, связанные с воздействием алкоголя (ARND)

Распространенность

- Распространенность ФАС в США от 0,5 до 2 на 1000 (May and Gossage, 2001)
- Распространенность ФАС в США от 2 до 7 на 1000
- ФАЧН, обследование в начальной школе от 2 до 5% (May et al., 2009)

Для сравнения

Синдром Дауна.....1/800 родов
Заячья губа+/-волчья пасть...1/800 родов
Cleft lip+/-palate.....1/1000 родов

У матерей, у которых родился ребенок с ФАС, встречаемость ФАС при следующих родах 771 на 1000 (Абель, 1988)

Причина ФАСН

- Причина ФАСН – употребление алкоголя матерью во время беременности
- Не существует безопасного времени для приема алкоголя и безопасного количества во время беременности

“Из всех возможных злоупотреблений веществами (включая кокаин, героин и марихуану), алкоголь общепризнанно оказывает самое серьезное нейроповеденческое влияние на внутриутробный плод.”

—Отчет Института Медицины для Конгресса, 1996

Можно ли предупредить ФАСН?

ФАСН возможно полностью
предотвратить

Pregnancy



+

Alcohol



Ф

А

С

Н

ФАС

Нарушения нервного
развития, вызванные
алкоголем (ARND)

Врожденные дефекты,
вызванные алкоголем
(ARBD)

- Приблизительно 50% беременностей являются незапланированными
- Женщина может не знать, что она беременна, вплоть до 6^й недели беременности
- Рекомендуется начинать профилактику воздействия алкоголя на плод до наступления беременности (Floyd et al., 1999)

**The University of Oklahoma
Health Sciences Center**



**Профилактика ФАС в России
Prevent FAS in Russia Research Group**



**Санкт-Петербургский
государственный университет
St. Petersburg State University**



Международное сотрудничество по профилактике ФАС/ФАСН



Исследовательская группа профилактики ФАС

Фаза I: Предупреждение ФАС/ФАСН у российских детей, 2003-2007
Поддержка гранта R21 TW006745 мозговые нарушения в развивающемся мире: Исследование на протяжении всей жизни, НИИ Fogarty International Center/ /NAAA to Barbara Bonner at OUHSC

Фаза II: Разработка учебных материалов по предупреждению ФАС в России, , 2005-2007, Поддержка гранта AUCD/CDC Grant RTOI 2005-999-01 to Barbara Bonner, OUHSC

Здоровье детей России: Просвещение по ФАС/ФАСН, Поддержка гранта AUCD/CDC, RTOI 2007-999-01 to Tatiana Balachova, OUHSC

Фаза III: Предупреждение ФАС/ФАСН у российских детей, 2007-2012, Поддержка гранта НИИ NIAAA/Fogarty Center, to Tatiana Balachova, OUHSC

Project Team



University of Oklahoma Health Sciences Center

Tatiana Balachova, PhD

Barbara Bonner, PhD

Mark Chaffin, PhD

St. Petersburg State University, Russia

Larissa Tsvetkova, PhD

Galina Isurina, PhD

Vladimir Shapkaitz, MD, PhD, Academy of Pediatrics

Nizhny Novgorod State Pedagogical University

Elena Volkova, PhD

Data Collectors in St. Petersburg and Nizhniy Novgorod

Consultants

Karen Beckman, MD, OUHSC

Jacquelyn Bertrand, PhD, CDC

Vladimir Shapkaitz, MD, PhD, Academy of Pediatrics

Oleg Erishev, MD, PhD, Bekhterev Institute, St. Petersburg

Alexander Palchick, MD, PhD, Academy of Pediatrics

Edward Riley, PhD, San Diego State University

Vladimir Shapkaitz, MD, PhD, Academy of Pediatrics

Linda Sobell, PhD, Nova Southeastern University

(2007) Michael Fleming, MD, MPH, University of Wisconsin



Advisory Board

Sheldon Levy, MPH, PhD, University of Miami School of Medicine

John Mulvihill, MD, OUHSC

Edward Riley, PhD, San Diego State University

Kevin Rudeen, PhD, OUHSC

Elena Varavikova, MD, PhD, MPH, CNIOIZ, Russia

Mark Wolraich, MD, OUHSC

Фаза I: цели

Оценка знаний, отношения, алкогольного поведения и восприимчивости к превенции, необходимых для разработки профилактических программ



Фаза I: План исследования

Выборка

- Фокусные группы
 - 7 групп женщин, партнеров, женщин с алкогольной зависимостью, врачей, лечащих злоупотребление алкоголем, акушеров-гинекологов, педиатров (N=51)
- Анкетирование 851 участника из Санкт-Петербурга (СПб) и Нижнего Новгорода (НН) осенью 2004 - весной 2005
 - 648 женщин, набранных в клиниках:
 - 301 беременной and 347 небеременных
 - 203 врача набраны на продолжительные образовательные курсы:
 - 100 акушеров-гинекологов и 103 педиатра

Фаза II : Разработка учебных материалов для превенции ФАСН



Цели

- Разработка учебных материалов для женщин и тренинг специалистов в области здравоохранения
- Оценка образовательных материалов в клинических испытаниях

1: Разработка тренинга ФАСН



Обзор медицинских учебных заведений и программ СМЕ для выявления существующих тренингов ФАСН



Перевод основ программ ФАС и Методического справочника ресурсов

Обзор доступных материалов по ФАС в России

Выбор и перевод дополнительных материалов для тренингов и чтения по

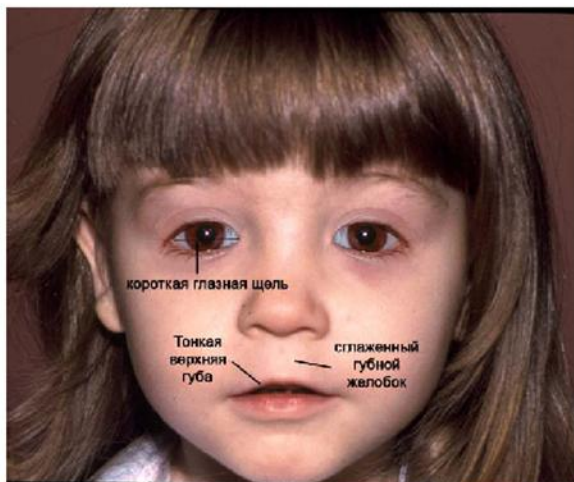
Адаптация и изменения доступных материалов с целью разработки программы для специалистов по здоровью в России

Обучение преподавателей: обучение русского проекта факультета



Материалы для диагностики ФАС

Copyright: Susan Astley, Ph.D., FAS Diagnostic & Prevention Network, University of Washington, Seattle WA, USA



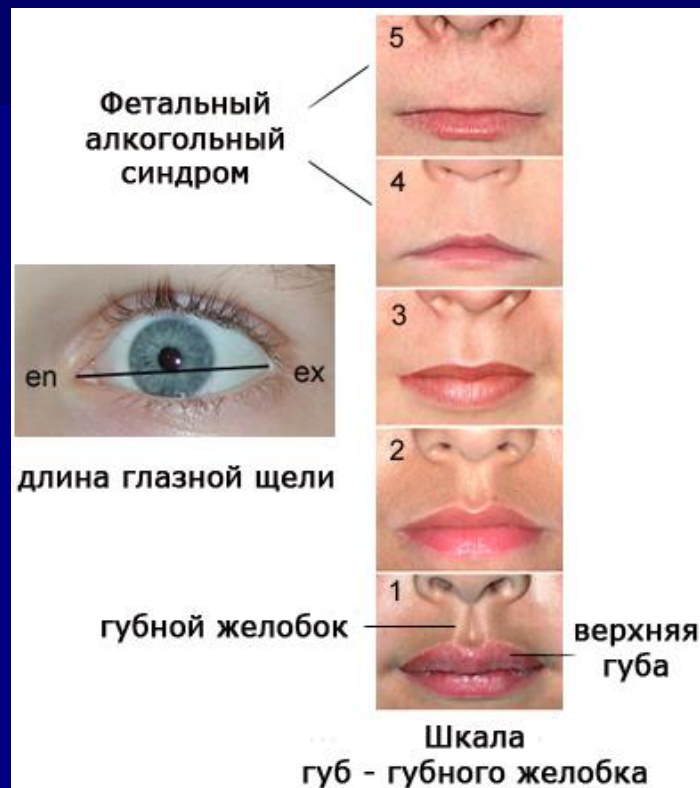
Фетальный алкогольный синдром. ЛИЦО

1. Короткая глазная щель (на 2 или более стандартных отклонения ниже среднего).
2. Сглаженный губной желобок (вертикальное углубление между носом и верхней губой) (4 или 5 баллов по шкале губ и губного желобка).
3. Тонкая верхняя губа (4 или 5 баллов по шкале губ и губного желобка).

Фетальный Алкогольный Синдром (ФАС)

1. Дефицит роста и/или веса (рост и/или вес меньше или на уровне 10-ой перцентили).
2. Характерные особенности строения лица (короткая глазная щель, сглаженный губной желобок, тонкая верхняя губа).
3. Поражение/дисфункция головного мозга (структурные и/или функциональные неврологические признаки или нарушения когнитивных функций, указывающие на поражение).

5.4 FAS-Astley 8/11 Short Do not translate



Lip-Philtrum Guide

Astley, 2004

Russian translation by Balachova & Palchik (Prevent FAS in Russia Research Group)

<http://depts.washington.edu/fadu/International.html>

Краткосрочное вмешательство врача с двойным фокусом (DFBPI)

Вмешательство является интеграцией двух подходов для профилактики ФАС , адаптированных для применения врачами-гинекологами:

- Краткосрочное вмешательство (Fleming & Mundt, 2006; NIAAA1999, 2005) and
- Проект ВЫБОРЫ, мотивационное вмешательство с двойным фокусом (Floyd et al., 2007)



Фаза 2- врачи : клинические испытания

Выборка

138 врача (73 педиатра and 65 акушеров-гинекологов) были набраны со всей России в программу СМЕ в Санкт-Петербургской Педиатрической Академии в 2006-2008

Порядок осуществления

- Группы врачей (6 групп педиатров и 8 групп акушеров-гинекологов) были рандомизировано назначены для вмешательства или контроля условия
 - Для участников экспериментальных групп были проведены 3-часовые тренинги по ФАСН
 - Для участников контрольных групп (КГ) был прочитан стандартный курс СМЕ
 - Обе группы получили одинаковое количество СМЕ
- Тренинг включал в себя 1) презентации по основным данным ФАСН 2) практикум в диагностировании ФАС (для педиатров) или тренинг по краткому протоколу вмешательств (OBGYN)



Потребление алкоголя во время беременности



Потребление алкоголя во время беременности связано с повышенным риском рождения ребенка с синдромом Фетального Алкоголя (FAS). FAS — это группа заболеваний, вызванных употреблением алкоголя во время беременности. Эти заболевания могут привести к различным физическим дефектам, включая низкий вес при рождении, проблемы с обучением, а также проблемы с сердцем, почками и другими органами. Эти проблемы могут сделать ребенка инвалидом.

Согласно статистике, каждый пятый ребенок рождается с FAS. Это заболевание является наиболее распространенным врожденным дефектом. По оценкам, в США ежегодно рождается около 1 миллиона детей с FAS. Это заболевание может привести к различным физическим дефектам, включая низкий вес при рождении, проблемы с обучением, а также проблемы с сердцем, почками и другими органами. Эти проблемы могут сделать ребенка инвалидом.

Согласно статистике, каждый пятый ребенок рождается с FAS. Это заболевание является наиболее распространенным врожденным дефектом. По оценкам, в США ежегодно рождается около 1 миллиона детей с FAS. Это заболевание может привести к различным физическим дефектам, включая низкий вес при рождении, проблемы с обучением, а также проблемы с сердцем, почками и другими органами. Эти проблемы могут сделать ребенка инвалидом.

Согласно статистике, каждый пятый ребенок рождается с FAS. Это заболевание является наиболее распространенным врожденным дефектом. По оценкам, в США ежегодно рождается около 1 миллиона детей с FAS. Это заболевание может привести к различным физическим дефектам, включая низкий вес при рождении, проблемы с обучением, а также проблемы с сердцем, почками и другими органами. Эти проблемы могут сделать ребенка инвалидом.

Согласно статистике, каждый пятый ребенок рождается с FAS. Это заболевание является наиболее распространенным врожденным дефектом. По оценкам, в США ежегодно рождается около 1 миллиона детей с FAS. Это заболевание может привести к различным физическим дефектам, включая низкий вес при рождении, проблемы с обучением, а также проблемы с сердцем, почками и другими органами. Эти проблемы могут сделать ребенка инвалидом.

FAS and the Brain

From: *Waters et al. & Dowling J. Pediatrics* 2003; *111*: 1020-1026.

From: *Waters et al. & Dowling J. Pediatrics* 2003; *111*: 1020-1026.

From: *Waters et al. & Dowling J. Pediatrics* 2003; *111*: 1020-1026.

From: *Waters et al. & Dowling J. Pediatrics* 2003; *111*: 1020-1026.

SMOKING HARMS UNBORN BABIES

Health Authority Warning

Smoking during pregnancy reduces the flow of blood in the placenta and limits the oxygen and nutrients that reach the growing baby. This increases the risk of miscarriage, stillbirth, premature birth, complications during birth or the baby having a smaller brain and body.

You CAN quit smoking. Call **131 948**, talk to your doctor or pharmacist, or visit www.quitnow.info

Food and Vitamins

- Eat healthy before and during your pregnancy.
- Consult with your doctor about vitamins.
- Avoid fish with high levels of mercury (e.g. swordfish).
- Drink at least 8 glasses of water per day.

Exercise

- Women who are pregnant should exercise 30 minutes every day to avoid excessive weight gain and obesity.
- Exercising during your pregnancy may not only reduce the risk of a C-section, but it is also associated with better pregnancy outcomes.

Alcohol

- While drinking large amounts of alcohol can cause Fetal Alcohol Syndrome (FAS), women who drink lesser amounts can give birth to children who do not have FAS, but who still have developmental problems.
- Drinking alcohol when pregnant can cause pre-term births, brain damage, and other developmental problems for children.

Cigarettes

- Smoking is associated with the premature rupture of a woman's bag of water, which is the leading cause of premature delivery.
- If you are pregnant or think you might be pregnant, it is advisable to stop smoking.
- Second-hand smoke affects the health of newborns and young children.

Final Thoughts...

- To prevent getting pregnant, use birth control methods correctly.
- If you are seeking to become pregnant, planning will help you and your unborn baby be healthy.
- The safest thing is not to use alcohol, cigarettes, and other drugs that might affect an unborn baby.

Sponsored by Centers for Disease Control and Prevention, Atlanta, GA and Association of Teachers of Preventive Medicine, Washington, DC.

Women's Health

Making Healthy Choices

5. WHAT IF I AM PREGNANT AND HAVE BEEN DRINKING?

If you drink alcohol before you know you were pregnant, stop drinking now. You will feel better and your baby will have a good chance to be born healthy. If you want to get pregnant, do not drink alcohol. You may not know you are pregnant right away. Alcohol can hurt a baby even when you are only 1 or 2 months pregnant.

6. HOW CAN I STOP DRINKING?

There are many ways to help yourself stop drinking. You do not have to drink when other people drink. If someone gives you a drink, it is OK to say no. Stay away from people or places that make you drink. Do not keep alcohol at home.

If you cannot stop drinking, GET HELP. There are programs that can help you stop drinking. They are called **alcohol treatment programs**. Your doctor or nurse can find a program to help you. Even if you have been through a treatment program before, try it again. There are programs just for women.

For help and information: **Alcoholics Anonymous (AA)** Check your local phone book for listings in your area. Internet address: <http://www.aa.org>

Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA) Treatment Facility Locator (800) 662-HELP (4377) Internet address: <http://www.samhsa.gov>

National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism 5625 Fishers Lane Bethesda, MD 20892-9304 (301) 847-3000 Internet address: <http://www.niaaa.nih.gov>

National Organization on Fetal Alcohol Syndrome 900 17th Street, NW, Suite 910 Washington, DC 20006 (800) 46-NOFAS Internet address: <http://www.nofas.org>

Local Resource

Drinking and Your Pregnancy

National Institutes of Health
National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism
in cooperation with
National Organization on Fetal Alcohol Syndrome

Project Healthy Choices

phc.fda.gov
Toll Free Number: (866) 389-8652

NSU
National Science Foundation
"Designing the Curriculum"

Is there a cure for FAS?

- There is no cure for FAS.
- If children with FAS get help early, they may do better.
- Give them your child's first FAS. If you drink alcohol while you were pregnant, you should talk with your child's doctor or nurse as possible.
- Talk with specialists at your child's school so that they can get help for your child.

What if I need help to stop drinking?

- Drinking drinking can be very hard. But there are many people who will help you.
- You can get help from "hot" people who know when you are going drinking.
- Call Alcoholics Anonymous (AA). The number is in your phone book.
- There are also many alcohol treatment centers who will help. Give them a call.
- Even if you have tried to stop drinking before, try again. Start slow up.
- Use birth control so that you do not get pregnant until you can get your drinking under control.

How can I prevent FAS?

- Do not drink alcohol if you are pregnant or planning to be pregnant.
- If you think you might be pregnant, stop drinking now.
- Do not wait until you know for sure that you are pregnant.
- If you have trouble stopping your drinking, you should see birth control so you do not get pregnant until you can stop drinking.

For more information about FAS and other ways to make sure you have a healthy baby, contact:

The National Institutes of Health
National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism
5625 Fishers Lane
Bethesda, MD 20892-9304
(301) 847-3000
www.niaaa.nih.gov

Or contact a chapter of the Alcoholics Anonymous community.

Did you know that if you drink alcohol when you are pregnant...

You can hurt your unborn baby

If you are:

- pregnant now,
- planning to get pregnant, or
- having sex, but not using any birth control

Think Before You Drink

Missed Your Period? Don't Forget Your Period.

IF THERE'S A CHANCE YOU'RE PREGNANT, EVEN A FEW DRINKS COULD HURT YOUR BABY.

March of Dimes

When You're Pregnant, Your Baby Drinks What You Drink.

I'm a Mama to be No Drinks for Me!

Have a healthy baby Be an alcohol-free mother-to-be

National Organization on Fetal Alcohol Syndrome
900 17th Street, NW, Suite 910 Washington, DC 20006
(800) 46-NOFAS
www.nofas.org

СНАЗ: ЭТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ

По последним сведениям злоупотребление алкоголем во время беременности является наиболее частой предотвратимой причиной умственной отсталости и врожденных дефектов у детей.

В США СНАЗ поражает приблизительно 40000 младенцев ежегодно - это больше детей, чем от Синдрома Дауна, и Мушкетера Дистрофии вместе взятых.

СНАЗ (Синдром Натуральной при Алкогольной Эмбриофетопатии) это комплекс термин объединяющий различные неврологические наблюдения в индивидуальном при злоупотреблении беременной матерью алкоголем. Это комплексный синдром включает в себя физические, поведенческие, и в том же порядке умственной инвалидности с довольно повышенным уровнем вариабельности. Термин Детский Алкогольный Синдром не применяется медицинскому сообществу при диагнозе.

СНАЗ включает следующие синдромы:

- Детский Алкогольный Синдром (FAS), также Алкогольный Эмбриофетопатия
- Матерний Алкогольный Синдром (SANDS)
- Промежуточный Синдром (FASD)
- Злоупотребление Алкоголем в Беременности (AUDP)
- Возрастная Алкогольная Интоксикация (AI)
- "материнский синдром"

Клиническое определение СНАЗ:

СНАЗ характеризуется нарушением в функциональности организма. Возможные последствия СНАЗ наблюдаются в следующих формах:

- Сниженная умственная способность
- Задержка физическое развитие
- Устойчивая опистотония
- Пороки сердца, легких и почек
- Гиперактивность и оппозиция в поведении
- Неспособность сотрудничать и проблемы с памятью
- Длительная координация движений и замедленность когнитивных функций
- Трудности с обучением и социальными
- Трудности в учебе

"Из числа всех злоупотребляемых токсичных веществ (алкоголь, кокаин, героин и марихуана) алкоголь оказывает самое опасное влияние на нейробиологическое развитие плода."

СНАЗ является серьезным заболеванием, которое связано с болезнью и смертью. Фетальный Алкогольный Синдром ставит США приблизительно 5.8 миллиарда долларов ежегодно. Однако, стоимость FAS является лишь малой частью общественной проблемы во всем мире.

Как предотвратить СНАЗ?

Несмотря на то, что СНАЗ неизлечим, его можно полностью предотвратить, если женщины воздержатся от алкоголя во время беременности.

Подготовленные на основе данных фокусных групп брошюры

3. Какое количество алкоголя может повлиять на будущего ребенка?
Любое количество алкоголя во время беременности может нанести вред ребенку. Понятия "безопасное количество алкоголя во время беременности" не существует.

4. Я пила во время предыдущей беременности и с моим ребенком все в порядке. Почему?
Все беременности отличаются друг от друга. Употребление алкоголя может повредить одному ребенку больше, чем другому. Нарушения у детей могут быть выражены в разной степени. Исследования показали, что с возрастом матери воздержание от употребления алкоголя еще более важно. Если женщина будет воздерживаться от употребления алкоголя во время беременности, ФАС у ребенка не будет.

5. Если ребенок родился с ФАС, пройдут ли эти проблемы со временем?
К сожалению, эти проблемы останутся у ребенка на всю жизнь.

6. Можно ли помочь ребенку с ФАС?
Специальное лечение может облегчить жизнь ребенку с ФАС и его семье. Если Вы подозреваете, что у Вашего ребенка ФАС, или если Вы пила во время беременности, Вам надо посоветоваться с врачом.

7. Как предотвратить ФАС?
Если Вы беременны или можете забеременеть и хотите родить ребенка, воздерживайтесь от употребления алкоголя.

8. Как быть, если я беременна и уже употребляла алкогольные напитки?
Никогда не поздно остановиться. Чем скорее Вы прекратите пить, тем лучше для Вас и Вашего ребенка. Вы можете сделать себе лучше и повысить шансы Вашего ребенка родиться здоровым.

9. Как я могу перестать пить?
Существует много способов помочь себе отказаться от алкоголя.
- Держитесь подальше от мест, где пьют, или людей, которые могут уговорить Вас выпить.
- Не держите алкоголь дома.
- Если Вам предлагают выпить - откажитесь! Если Вы не можете бросить пить, ПОПРОСИТЕ О ПОМОЩИ!
- Ищите поддержки у окружающих.
- Обратитесь к специалисту.
- Используйте контрацепцию, чтобы не забеременеть, пока Вы не сможете контролировать употребление алкоголя.
- Даже если Вы лечились прежде, попробуйте снова. Не сдавайтесь. Все зависит от Вас!

Как сказать "Нет", если Вам предлагают выпить

Если Вы беременны и кто-то предлагает Вам выпить, знайте - алкоголь предлагается и Вашему ребенку. Найдите достойный ответ:
- Нет, спасибо, мой малыш не пьет.
- Я ем за двоих, а не пью.
- Нет, даже пиво и вино могут повредить моему малышу.
- Спасибо! Мы с маленьким с удовольствием выпьем минеральную воду или сок.
- Нет, спасибо. Я не пью, беременным пить нельзя.

Исследовательская группа профилактики ФАС
С. Петербургский государственный университет
Центр науки и здоровья университета Саксония

ПОДАРИТЕ СЧАСТЛИВОЕ БУДУЩЕЕ СВОЕМУ МАЛЫШУ - ОТКАЖИТЕСЬ ОТ АЛКОГОЛЯ, ЕСЛИ РЕШИЛИ СТАТЬ МАМОЙ!



Вы планируете беременность? У вас задержка? Вы беременны?

ПОДУМАЙТЕ, ПРЕЖДЕ ЧЕМ ВЫПИТЬ
Здоровье Вашего Ребенка - Ваш Выбор!

Если Вы планируете беременность или можете забеременеть, откажитесь от употребления алкоголя.

ЕСЛИ ВЫ УПОТРЕБЛЯЕТЕ АЛКОГОЛЬ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ...

- У Вашего будущего ребенка может быть поврежден мозг, деформированы черты лица, он может родиться недоношенным и даже умереть.
- Любое количество алкоголя может нанести вред плоду.
- Алкоголь вреден для плода в любой период беременности, даже если Вы еще сами не знаете, что беременны.

КАК АЛКОГОЛЬ, который употребляет беременная женщина, ВЛИЯЕТ НА РЕБЕНКА?

- Алкоголь является "тератогеном" - токсичным веществом, поражающим мозг, сердце, легкие и другие органы будущего ребенка.
- Исследования показали, что даже небольшие дозы алкоголя во время беременности ухудшают умственные способности Вашего ребенка.
- Мозг наиболее уязвим к воздействию алкоголя на протяжении всей беременности.
- Не существует способа избежать нарушений, вызванных алкоголем.

Мозг ребенка с ФАС и алкоголь ребенка тот же возраст. (Питерский университет, ФАС)



ФАС С. Саксония

- Алкоголь причиняет больше вреда плоду, чем любое другое вещество.
- Наиболее тяжелое последствие употребления алкоголя во время беременности - ФАС - фетальный алкогольный синдром. Fetus (лат.) - плод.



ЧТО ТАКОЕ ФАС?

- ФАС - это врожденные нарушения, вызванные употреблением алкоголя матерью во время беременности, которые остаются у ребенка на всю жизнь.

ФАС - это одна из основных причин умственной отсталости.

Дети с ФАС:
- отстают в росте и весе,
- имеют врожденные аномалии лица (например, очень узкая верхняя губа и короткая глазная щель),
- плохо понимают последствия своих поступков, могут совершать асоциальные действия и вступать в конфликт с законом,
- нуждаются в специальных педагогах и обучении в специальных школах,
- часто всю жизнь нуждаются в социальной защите и медицинском сопровождении.

Не у всех детей в результате употребления матерью алкоголя во время беременности будет ФАС. У многих детей могут наблюдаться менее выраженные нарушения фетального алкогольного спектра (ФАЧН), например, трудности обучения в школе, плохая концентрация внимания или нарушения поведения.

Эти проблемы не исчезнут, ФАС - диагноз на всю жизнь!



Ребенок родился с ФАС
Фото А. Спейлорус

ФАС и ФАЧН можно предотвратить на 100%, если во время беременности отказаться от алкоголя.

Вот некоторые вопросы, которые часто задают женщины:

1. Могу ли я пить, если я беременна? Полностью откажитесь от алкоголя. Если Вы беременны, Ваш ребенок пьет то же, что и Вы.
2. Есть ли какие-нибудь алкогольные напитки, которые безопасно пить во время беременности, например, вино, шампанское, пиво? Любые напитки, содержащие алкоголь, во время беременности могут нанести вред ребенку. Например, банка пива содержит столько же чистого алкоголя, как и 45 грамм водки.



Вы поступили правильно, если, планируете родить ребенка, перестали употреблять алкоголь.

Вы поступили правильно, если, узнав, что беременны, перестали употреблять алкоголь.

ЕСЛИ ВЫ ОТКАЖИТЕСЬ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ...

- Вы создадите благоприятные условия для рождения ребенка в срок и нормального развития его мозга и других органов.
- Вы предупредите повреждение плода, поскольку нет безопасного количества алкоголя во время беременности.
- Ваш ребенок будет в безопасности от алкоголя даже в самые первые дни, когда Вы еще можете не знать, что беременны.

КАК АЛКОГОЛЬ, который употребляет беременная женщина, ВЛИЯЕТ НА РЕБЕНКА?

- Алкоголь является "тератогеном" - токсичным веществом, поражающим мозг, сердце, легкие и другие органы будущего ребенка.
- Исследования показали, что даже небольшие дозы алкоголя во время беременности ухудшают умственные способности ребенка.
- Мозг наиболее уязвим к воздействию алкоголя на протяжении всей беременности.
- Не существует способа избежать нарушений, вызванных алкоголем.



- Алкоголь причиняет больше вреда плоду, чем любое другое вещество.
- Наиболее тяжелое последствие употребления алкоголя во время беременности - ФАС - фетальный алкогольный синдром. Fetus (лат.) - плод.



ЧТО ТАКОЕ ФАС?

- ФАС - это врожденные нарушения, вызванные употреблением алкоголя матерью во время беременности, которые остаются у ребенка на всю жизнь.

ФАС - это одна из основных причин умственной отсталости.

Дети с ФАС:
- отстают в росте и весе,
- имеют врожденные аномалии лица (например, очень узкая верхняя губа и короткая глазная щель),
- плохо понимают последствия своих поступков, могут совершать асоциальные действия и вступать в конфликт с законом,
- нуждаются в специальных педагогах и обучении в специальных школах,
- часто всю жизнь нуждаются в социальной защите и медицинском сопровождении.

Не у всех детей в результате употребления матерью алкоголя во время беременности будет ФАС. У многих детей могут наблюдаться менее выраженные нарушения фетального алкогольного спектра (ФАЧН), например, трудности обучения в школе, плохая концентрация внимания или нарушения поведения.

Воздерживаясь от употребления алкоголя, Вы можете предупредить ФАС.



ФАС и ФАЧН можно предотвратить на 100%, если во время беременности отказаться от алкоголя.

Вот некоторые вопросы, которые часто задают женщины:

1. Могу ли я пить, если я беременна? Полностью откажитесь от алкоголя. Если Вы беременны, Ваш ребенок пьет то же, что и Вы. Подумайте об этом.
2. Есть ли какие-нибудь алкогольные напитки, которые безопасно пить во время беременности, например, вино, шампанское, пиво? Любые напитки, содержащие алкоголь, во время беременности могут нанести вред ребенку. Банка пива содержит столько же чистого алкоголя, как и 45 грамм водки.



3. Какое количество алкоголя может повлиять на будущего ребенка? Любое количество алкоголя во время беременности может нанести вред ребенку. Понятия "безопасное количество алкоголя во время беременности" не существует.

4. Я пила во время предыдущей беременности и с моим ребенком все в порядке. Почему? Все беременности отличаются друг от друга. Употребление алкоголя может повредить одному ребенку больше, чем другому. Нарушения у детей могут быть выражены в разной степени. Исследования показали, что с возрастом матери повышается вероятность рождения ребенка с ФАС.

5. Если ребенок родился с ФАС, пройдут ли эти проблемы со временем? Эти проблемы останутся у ребенка на всю жизнь.

6. Можно ли помочь ребенку с ФАС? Если Вы подозреваете, что у Вашего ребенка ФАС, или если Вы пила во время беременности, Вам надо посоветоваться с врачом. Специальное лечение может облегчить жизнь ребенку с ФАС и его семье.

7. Как предотвратить ФАС? Если Вы беременны или можете забеременеть и хотите родить ребенка, воздерживайтесь от употребления алкоголя.

Как сказать "Нет", если Вам предлагают выпить

Если Вы беременны и кто-то предлагает Вам выпить, знайте - алкоголь предлагается и Вашему ребенку. Найдите достойный ответ:
- Нет, спасибо, мой малыш не пьет.
- Я ем за двоих, а не пью.
- Нет, даже пиво и вино могут повредить моему малышу.
- Спасибо! Мы с маленьким с удовольствием выпьем минеральную воду или сок.
- Нет, спасибо. Я не пью, беременным пить нельзя.

Никогда не поздно остановиться. Чем скорее Вы прекратите пить, тем лучше для Вас и Вашего ребенка.

9. Как я могу перестать пить? Существует много способов помочь себе отказаться от алкоголя.
- Держитесь подальше от мест, где пьют, или людей, которые могут уговорить Вас выпить.
- Не держите алкоголь дома.
- Если Вам предлагают выпить - откажитесь! Если Вы не можете бросить пить, ПОПРОСИТЕ О ПОМОЩИ!
- Ищите поддержки у окружающих.
- Обратитесь к специалисту.
- Используйте контрацепцию, чтобы не забеременеть, пока Вы не сможете контролировать употребление алкоголя.
- Даже если Вы лечились прежде, попробуйте снова. Не сдавайтесь. Все зависит от Вас!

10. Я пила во время предыдущей беременности и с моим ребенком все в порядке. Почему? Все беременности отличаются друг от друга. Употребление алкоголя может повредить одному ребенку больше, чем другому. Нарушения у детей могут быть выражены в разной степени. Исследования показали, что с возрастом матери повышается вероятность рождения ребенка с ФАС.

11. Если ребенок родился с ФАС, пройдут ли эти проблемы со временем? Эти проблемы останутся у ребенка на всю жизнь.

12. Можно ли помочь ребенку с ФАС? Если Вы подозреваете, что у Вашего ребенка ФАС, или если Вы пила во время беременности, Вам надо посоветоваться с врачом. Специальное лечение может облегчить жизнь ребенку с ФАС и его семье.

13. Как предотвратить ФАС? Если Вы беременны или можете забеременеть и хотите родить ребенка, воздерживайтесь от употребления алкоголя.

Как сказать "Нет", если Вам предлагают выпить

Если Вы беременны и кто-то предлагает Вам выпить, знайте - алкоголь предлагается и Вашему ребенку. Найдите достойный ответ:
- Нет, спасибо, мой малыш не пьет.
- Я ем за двоих, а не пью.
- Нет, даже пиво и вино могут повредить моему малышу.
- Спасибо! Мы с маленьким с удовольствием выпьем минеральную воду или сок.
- Нет, спасибо. Я не пью, беременным пить нельзя.

Никогда не поздно остановиться. Чем скорее Вы прекратите пить, тем лучше для Вас и Вашего ребенка.

АЛКОГОЛЬ НАНОСИТ ВРЕД РЕБЕНКУ ЕЩЕ ДО ЕГО РОЖДЕНИЯ.



Вы планируете беременность? У Вас задержка? Вы беременны?

ОТКАЖИТЕСЬ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ
Если Вы употребляли алкоголь во время беременности, Ваш ребенок может родиться с умственными и физическими нарушениями, которые останутся на всю жизнь.

Исследовательская группа профилактики ФАС
С. Петербургский государственный университет
Центр науки и здоровья университета Саксония

Фаза II : Обеспечение Образования по FASD через интернет

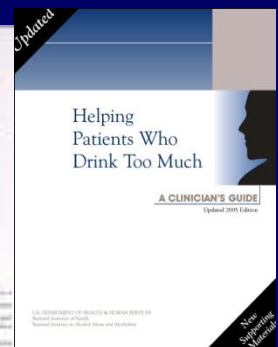
Подготовить и оценить
возможности образовательного
вебсайта по ФАС на русском
языке

- Для специалистов



<http://NetFAS.net/>

<http://NetFas.net/pro/>



Фаза III:Профилактика ФАС/ARND

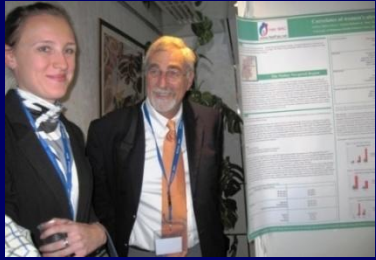
Оценка краткого врачебного вмешательства для женщин, подвергающихся риску АЕР (женщины детородного возраста, которые употребляют алкоголь на уровне риска, гетеросексуально активны и непоследовательно используют контрацепцию)

Клиническое испытание двухфокусного вмешательства, проходящее в 20ти клиниках, распределенных случайным образом, 800 участников в двух регионах



- Продолжающийся набор в исследование
 - 1482 women screened
 - 770 eligible
 - 765 enrolled to the study

Building Research Capacity



- Research seminars, lectures for faculty and students, train-the-trainer workshops
- Human Subject Protection
 - Training to SPSU and NNSPU faculty and students
 - Established Behavioral IRB at SPSU
 - Training and consultation to the IRB
- Graduate psychology students participate in direct research activities
- PhD students serve as coordinators on the study
- Five PHD dissertations are in progress
- Master thesis are being completed
- Publications; more are in progress
- New collaborations with researchers from other universities have been initiated





Исследовательская группа профилактики ФАС в России



Нет ФАС

NetFAS.Net



Corresponding author
Tatiana-Balachova@ouhsc.edu