



ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЦЕНТРАЛЬНЫЙ НИИ ОРГАНИЗАЦИИ И
ИНФОРМАТИЗАЦИИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Доказательные основы профилактики ФАСН на опыте Санкт-Петербурга и Нижнего Новгорода

Бурина Екатерина Александровна

к.п.с.н., доцент кафедры
медицинской психологии
и психофизиологии СПбГУ

Москва
2020



Профилактическая программа

Российско-американский исследовательский грант «Профилактика фетального алкогольного синдрома и нарушений нейроразвития у детей в России» при сотрудничестве Центра Наук о Здоровье Университета Оклахомы (США), Санкт-Петербургского государственного университета и Нижегородского государственного педагогического университета.

*Supported by Research Grant R01AA016234
NIAAA/Fogarty International Center to Tatiana Balachova
at University of Oklahoma Health Sciences Center
(OUHSC, USA), 2007-2013.*

Краткосрочное вмешательство

Спросить - Обратная связь - дать Совет - Помочь - Проследить
СОС-помочь-проследить

Шаг 1: СПРОСИТЬ

Оцените контрацепцию и употребление алкоголя

Можно дополнительно применить одну из методик скрининга (ТОСО, ТООАС или АУДИТ)

Шаг 2: ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Предоставьте информацию/факты о влиянии алкоголя и обратную связь

При беременности: любое употребление алкоголя – вред здоровью ребенка – риск ФАС/ФАСН

При планировании беременности или недостатке контрацепции: любое употребление – риск ФАС/ФАСН

Для любой женщины: употребление больше 3 доз за один день или больше 7 доз за неделю - риск для здоровья

Шаг 3: Дать СОВЕТ и помочь поставить ЦЕЛЬ

Дайте совет: Если риска нет, поддержите правильное поведение

Если риск для плода или женщины есть, обсудите изменение поведения: уменьшение употребления/воздержание от алкоголя и/или контрацепцию

Оцените готовность изменить поведение:
уменьшение/прекращение употребления и/или контрацепция



Совершенно не готова

Полностью готова

Помогите поставить цель (уменьшить употребление или контрацепция)

Если пациентка не готова изменить поведение, не настаивайте на постановке цели.

Повторите Ваш совет, предложив помочь, когда понадобится (не переходите к 4)

Шаг 4: ПОМОЧЬ

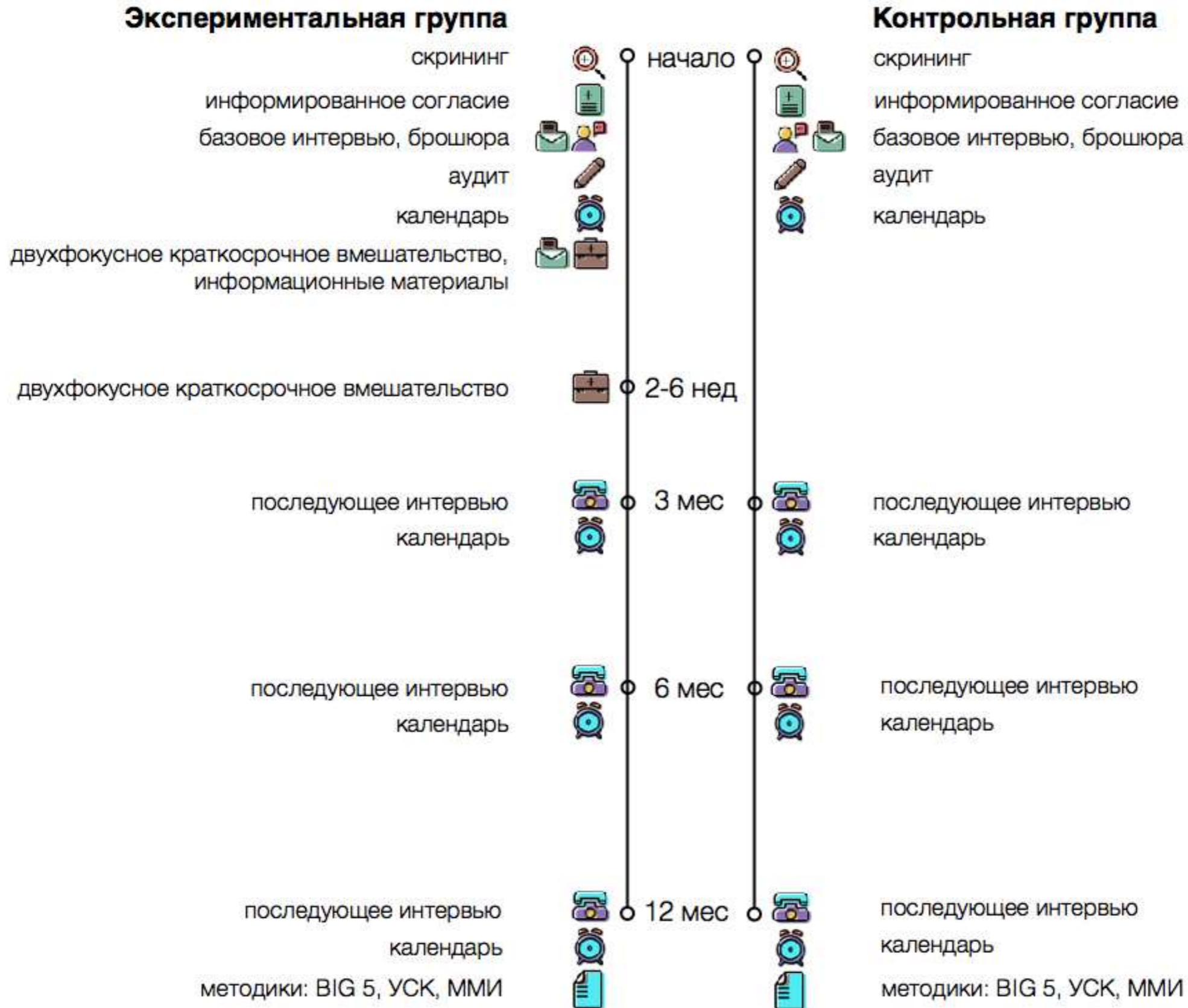
Обсудите способы достижения выбранной цели, спросите о возможных препятствиях, и выразите готовность помочь (если надо, назначьте на прием, дайте направление к специалисту и т.п.)

Шаг 5: ПРОСЛЕДИТЬ

На следующем приеме оцените изменение поведения

Подкрепите успех и/или предложите помощь при неудаче

Дизайн исследования



Пассивное информирование

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 пью во время предстоящей 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 пили 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 употребила алкогольные напитки?
Никогда не поздно остановиться. Чем скорее Вы прекратите пить, тем лучше для Вас и Вашего ребенка. Вы почувствуете себя лучше и повысите 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 убедить 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 малышом с удовольствием выпьем минеральную воду или сок.
- Нет, спасибо. Я не пью, беременным пить нельзя.

Исследовательский центр профилактики ФАС
С. Петербургской государственной университет
Центр чел. и др. наук университета Оксфорд

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



Вы планируете беременность?
У Вас задержка? Вы беременны?

ПОДУМАЙТЕ, ПРЕЖДЕ ЧЕМ ВЫПУТЬ

Здоровье Вашего Ребенка - Ваш Выбор!

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

ЕСЛИ ВЫ УПОТРЕБИТЕ АЛКОГОЛЬ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ...

- У Вашего будущего ребенка может быть поврежден мозг, деформированы черты лица, он может родиться инвалидом 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" - токсичное вещество, повреждающее 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.

Ученые считают, что ФАС - врожденный дефект не является "генетическим" ФАС.



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



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:

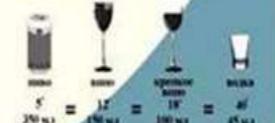
- отстают в росте и весе;
- имеют врожденные аномалии лица (например, очень узкая верхняя губа и короткая глазная щель);
- плохо понимают последствия своих поступков, могут совершать асоциальные действия и вступать в конфликт с законом;
- нуждаются в специальных педагогических и учебных в специальных 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 (ФАСН), например, трудности обучения в школе, плохая концентрация внимания или нарушения поведения.

ФАС и ФАСН 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 отказаться 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 вина.



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 предотвратите 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" - токсичное вещество, повреждающее 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 Fetal (alcohol) - синдром.

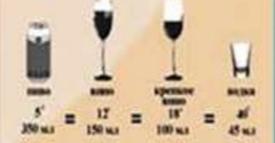
Что такое ФАС?
ФАС - это врожденные нарушения, вызванные употреблением алкоголя матерью во время беременности, которые остаются у ребенка на всю жизнь.

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 педагогических и учебных 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 (ФАСН), например, трудности обучения в школе, плохая концентрация внимания или нарушения поведения.



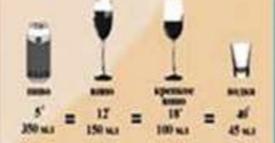
Воздерживаясь от употребления алкоголя, Вы можете предотвратить ФАС.



ФАС и ФАСН 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?**
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 вина.



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 пью во время предстоящей 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?
К сожалению, 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 пили во время беременности, Вам надо посоветоваться с врачом. Специальное лечение может облегчить жизнь ребенку с ФАС и его семье.

7. Как предотвратить ФАС?
Не пейте, если Вы беременны или можете забеременеть и хотите родить ребенка.

8. Как быть, если я беременна и уже употребила алкогольные напитки?
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 убедить 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 малышом с удовольствием выпьем минеральную воду или сок.
- Нет, спасибо. Я не пью, беременным пить нельзя.

Исследовательский центр профилактики ФАС
С. Петербургской государственной университет
Центр чел. и др. наук университета Оксфорд

АЛКОГОЛЬ НАНОСИТ ВРЕД РЕБЕНКУ ЕЩЕ ДО ЕГО РОЖДЕНИЯ.



Вы планируете беременность?
У Вас задержка? Вы беременны?

Откажитесь от употребления алкоголя

Если Вы употребляете алкоголь во время беременности, Ваш ребенок может родиться с умственными и физическими нарушениями, которые останутся на всю жизнь.

Доза алкоголя

В здравоохранении введено понятие универсальной меры алкоголя - **одна доза**

Одна доза определена примерно как:

**350 мл.
пива (5°)**



**250 мл.
джин-тоника (7°)**



**150 мл.
сухого вина (12°)**



**100 мл.
крепленого
вина (18°)**



**45 мл.
коньяка или
водки (40°)**



В бутылке сухого вина (750 мл) -
5 доз алкоголя



В полулитровой бутылке водки -
11 доз алкоголя



Выборка исследования

280 женщин детородного возраста:

140 – экспериментальная группа и **140** – контрольная группа

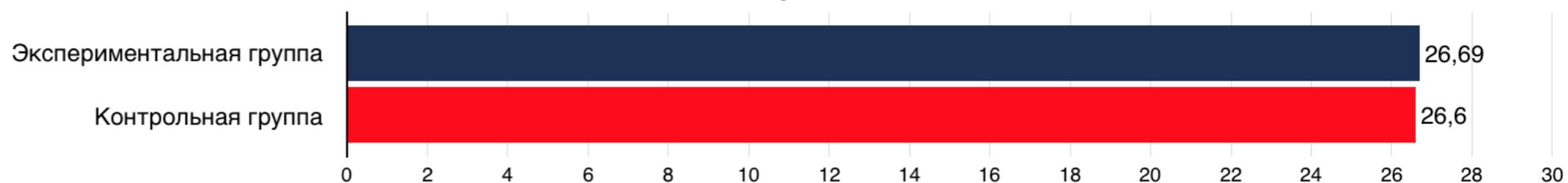
Критерии формирования выборки

- детородный возраст (18–44 года),
- отсутствие беременности на момент начала исследования,
- возможность иметь детей (отсутствие патологии репродуктивной функции),
- отсутствие обращений к наркологам по вопросам употребления алкоголя,
- наличие как минимум одного незащищенного полового акта за последние 90 дней,
- употребление алкоголя в любых дозах как минимум один раз за последние 90 дней.

Все респонденты набирались в 10 женских консультациях города Санкт-Петербурга, которые случайным образом были разделены на экспериментальные и контрольные.

Социально-демографические характеристики выборки

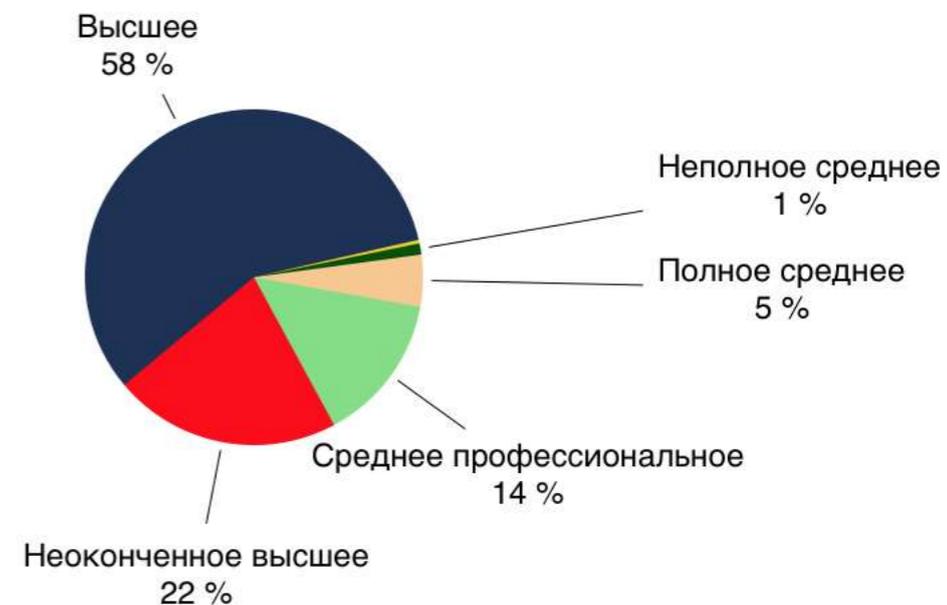
Возраст



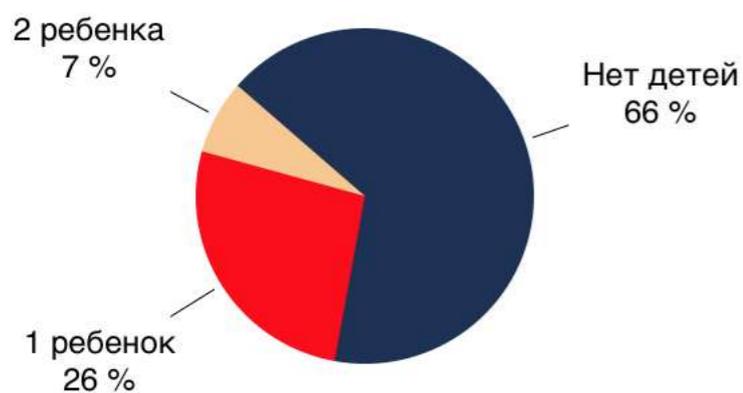
Семейное положение



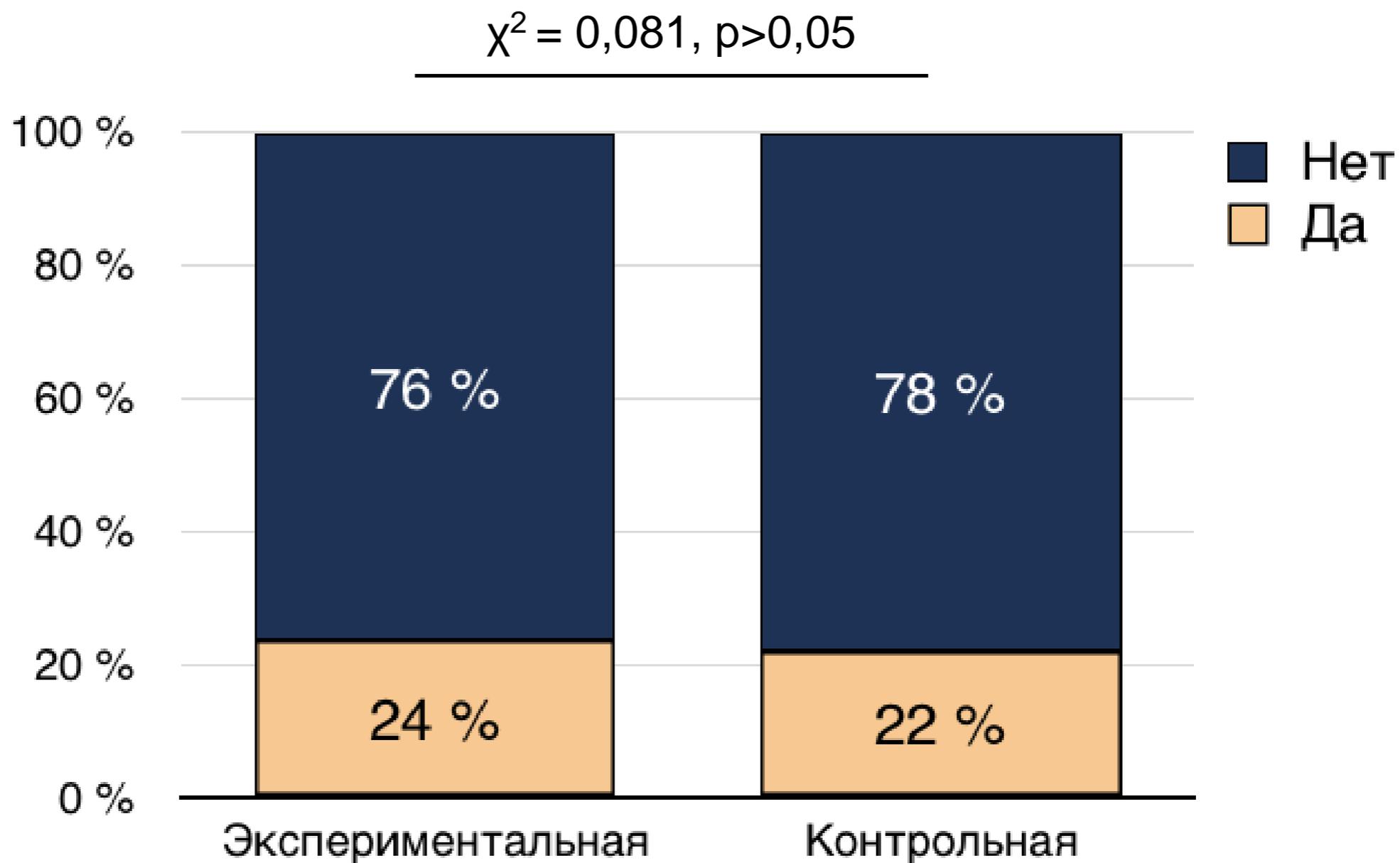
Образование



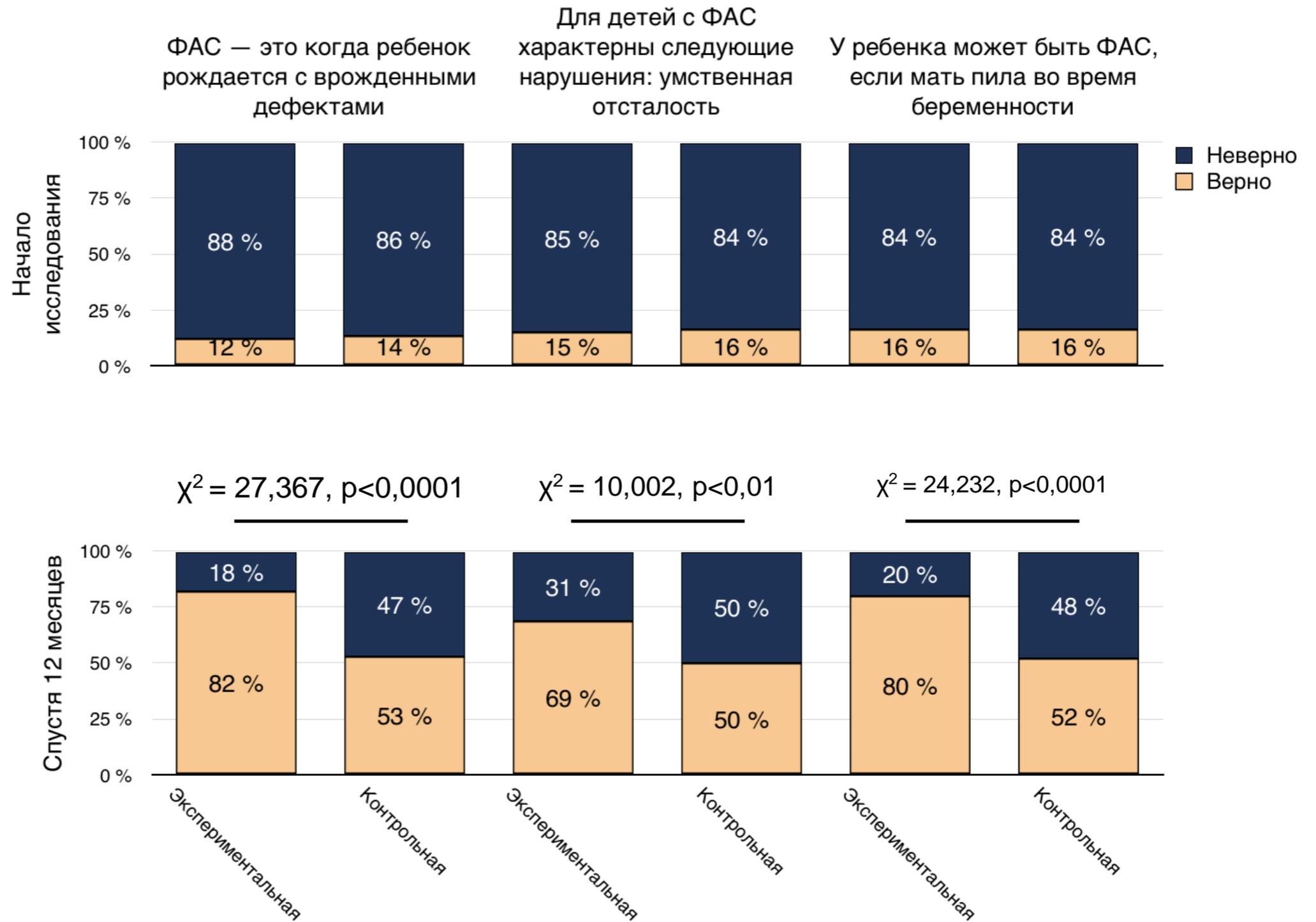
Дети



Результаты: уровень знаний о ФАС в начале исследования



Результаты: уровень знаний о ФАС до и после двухфокусного краткосрочного вмешательства (через 12 месяцев)



Результаты: установки в отношении влияния алкоголя на плод до и после двухфокусного краткосрочного вмешательства (через 3, 6 и 12 месяцев)

- Вред любого алкоголя для плода, согласны: 92% (N=129) участниц экспериментальной группы; 96% (N=134) участниц контрольной группы.
- Установки относительно вреда любого алкоголя для плода статистически значительно изменились в обеих группах со временем: $F(3, 278)=11,524, p<0,0001$.
- Наибольший вред с точки зрения женщин имеет водка – 99% (N=138) респондентов в каждой группе.

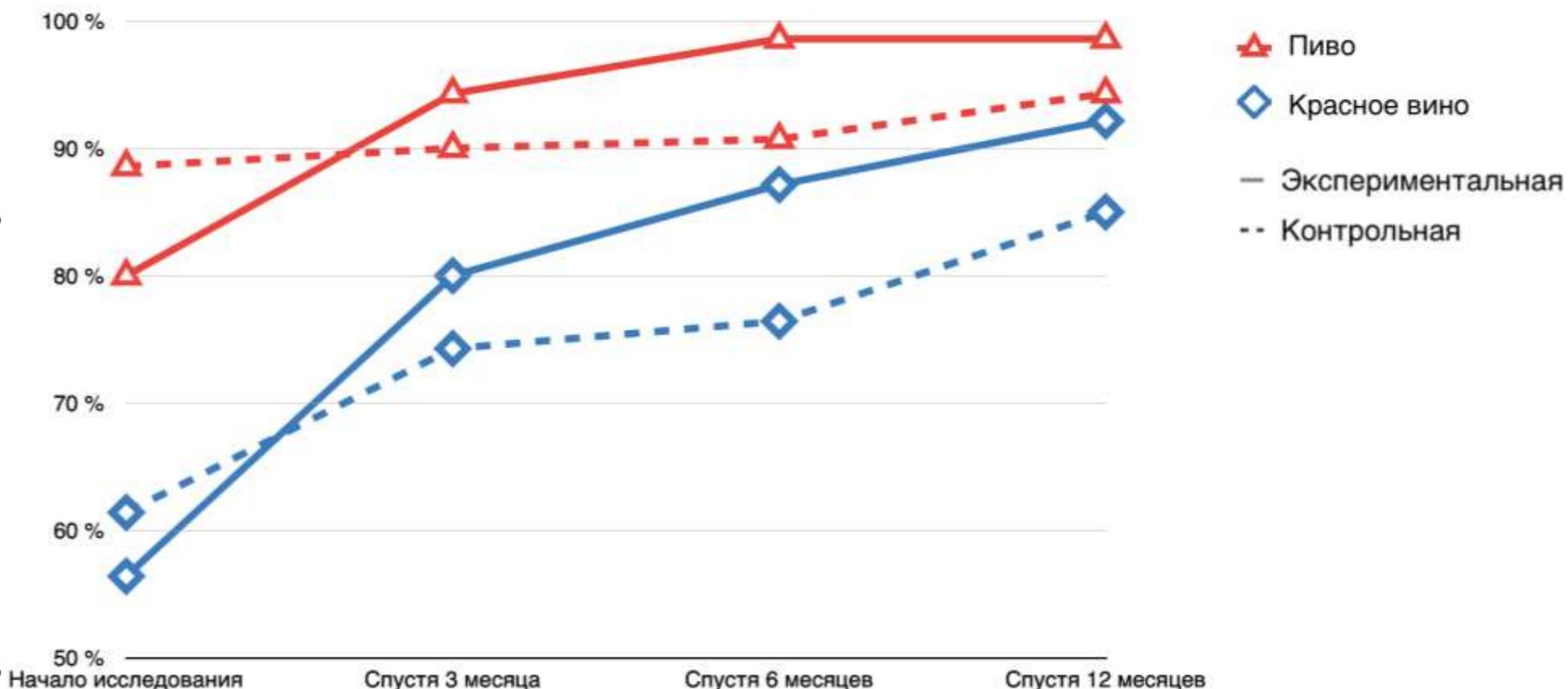
Результаты: установки в отношении влияния алкоголя на плод до и после двухфокусного краткосрочного вмешательства (через 3, 6 и 12 месяцев)

Пиво

изменения во времени
 $F(3, 278)=23,511, p<0,0001$
различия между группами
 $p>0,05$
взаимодействие факторов
 $F(3, 278)=6,114, p<0,0001$

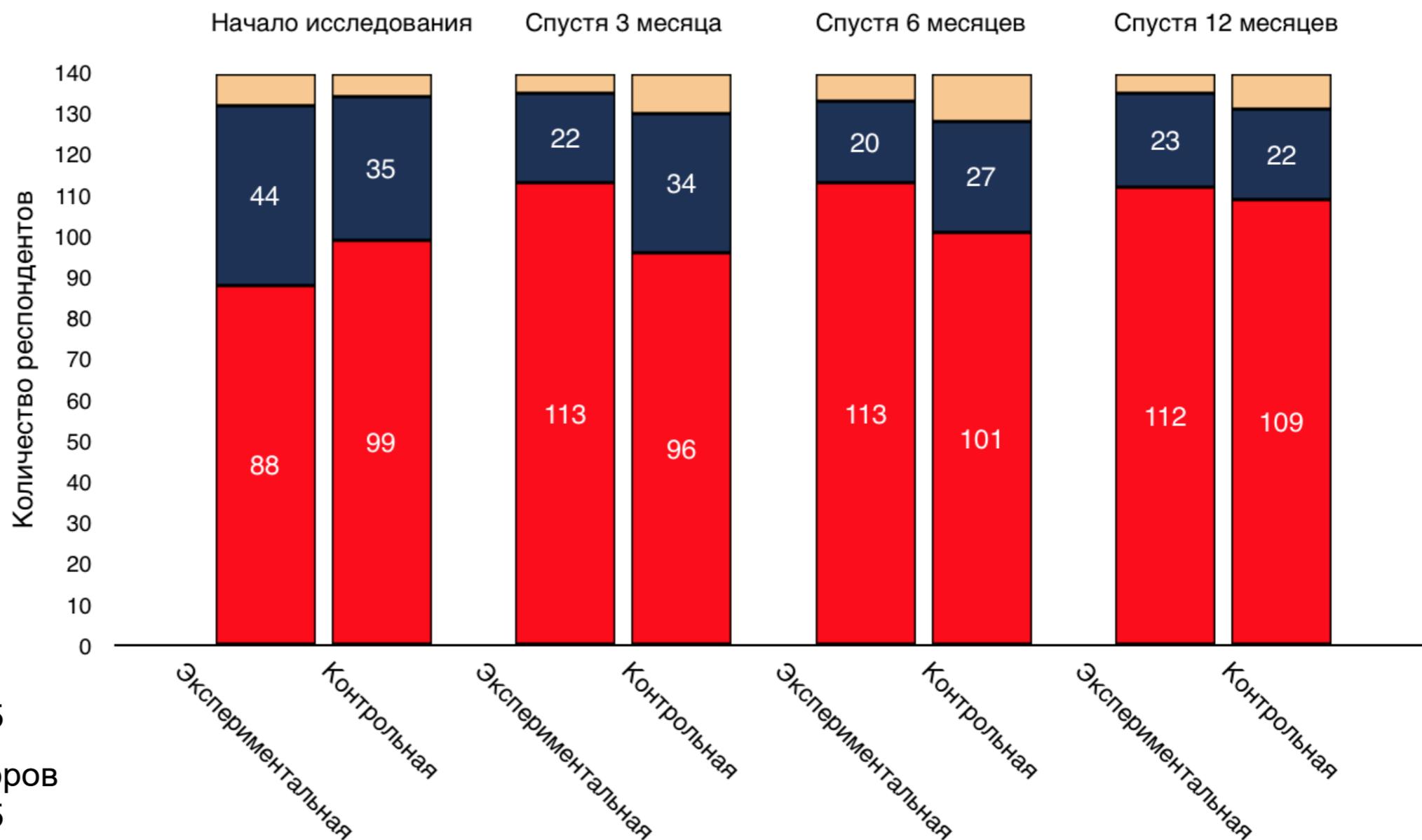
Красное вино

изменения во времени
 $F(3, 278)=6,114, p<0,0001$
различия между группами
 $F(3, 278)=3,669, p<0,1$
взаимодействие факторов
 $F(3, 278)=2,637, p=0,05$



Результаты: установки в отношении употребления алкоголя беременными до и после двухфокусного краткосрочного вмешательства (через 3, 6 и 12 месяцев)

- Беременные могут пить, но не злоупотреблять
- Беременные могут немного выпить
- Беременные должны воздерживаться от употребления алкоголя

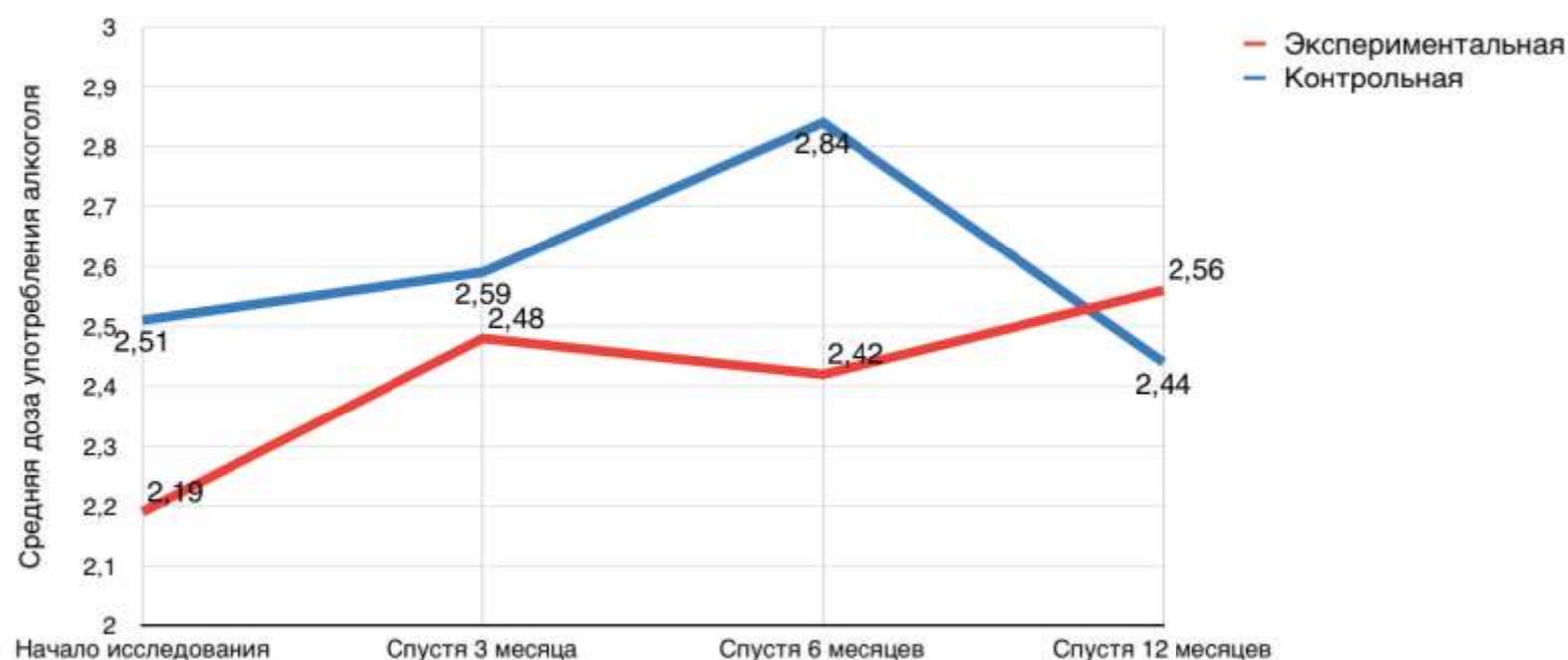
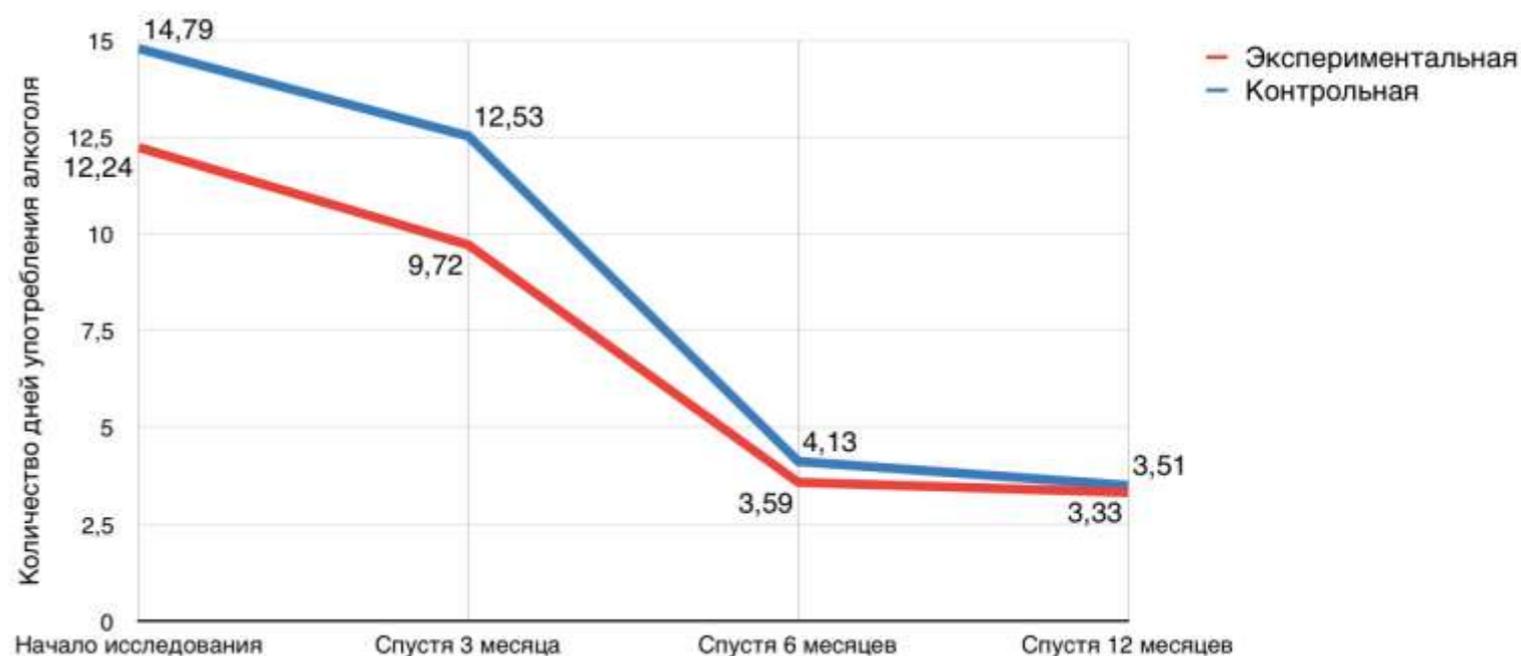


изменения во времени
 $F(3, 278)=3,082, p<0,05$

взаимодействие факторов
 $F(3, 278)=1,273, p<0,05$

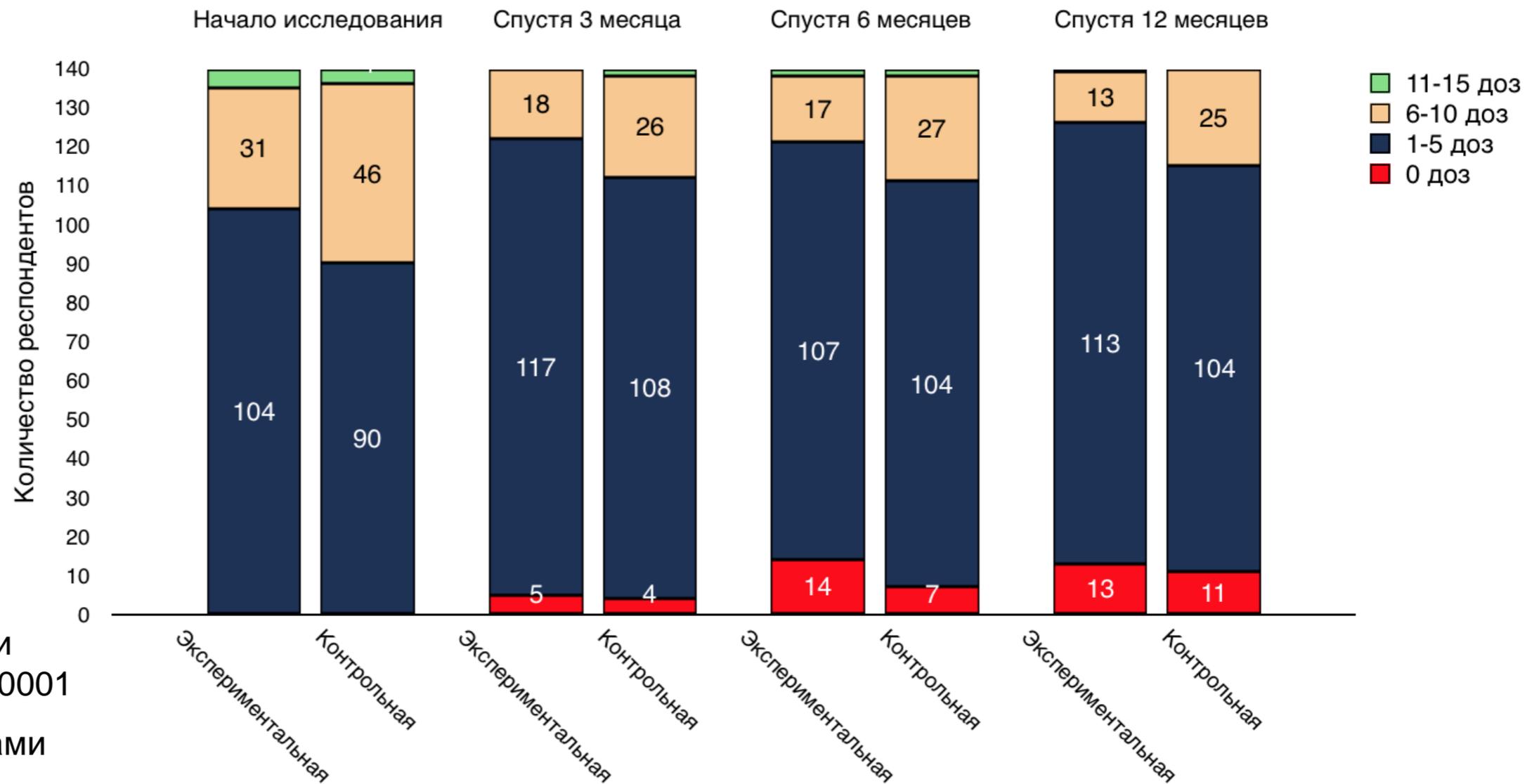
Результаты: динамика реального употребления алкоголя женщинами детородного возраста до и после двухфокусного краткосрочного вмешательства (через 3, 6 и 12 месяцев)

изменения во времени
 $F(3, 278)=104,940, p<0,0001$



Результаты: динамика реального употребления алкоголя

женщинами детородного возраста до и после
двухфокусного краткосрочного вмешательства
(через 3, 6 и 12 месяцев)



изменения во времени
 $F(3, 278)=51,862, p<0,0001$

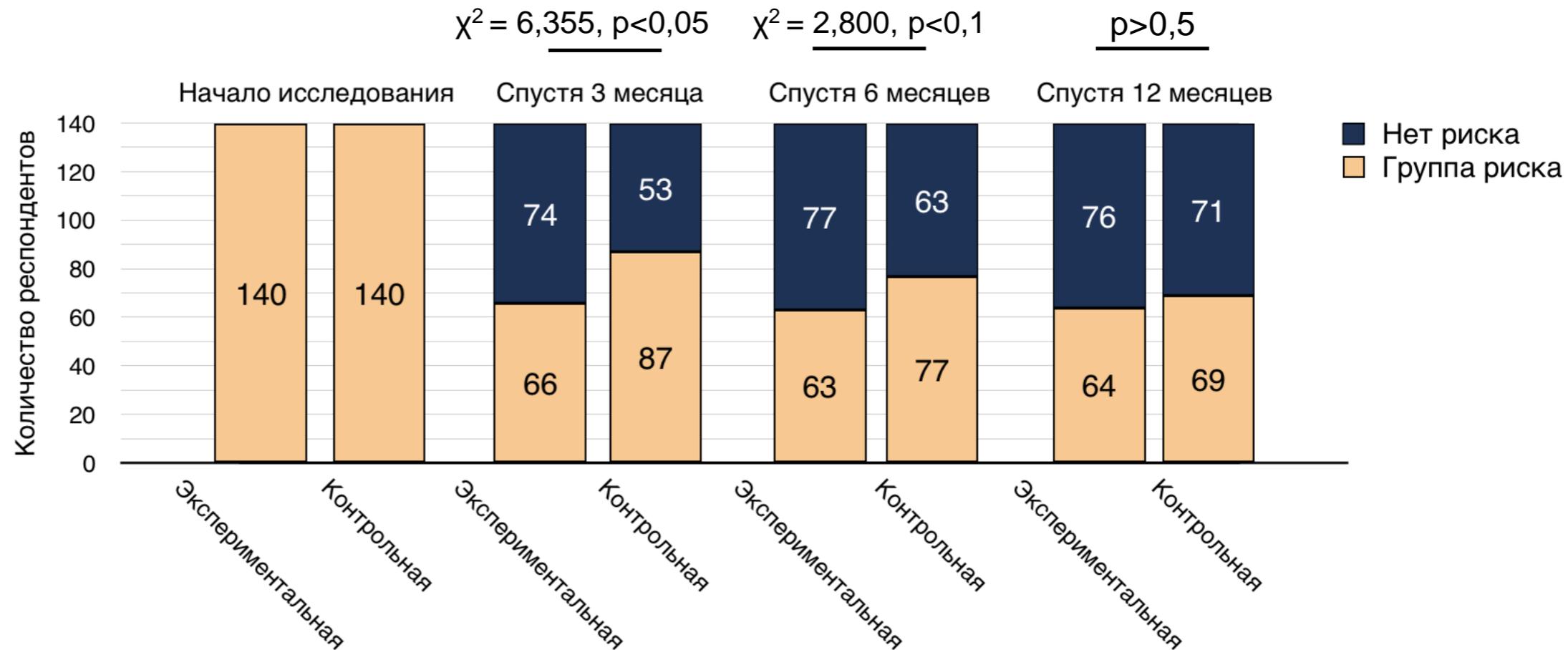
разница между группами
 $p>0,05$

Результаты: динамики риска возникновения беременности

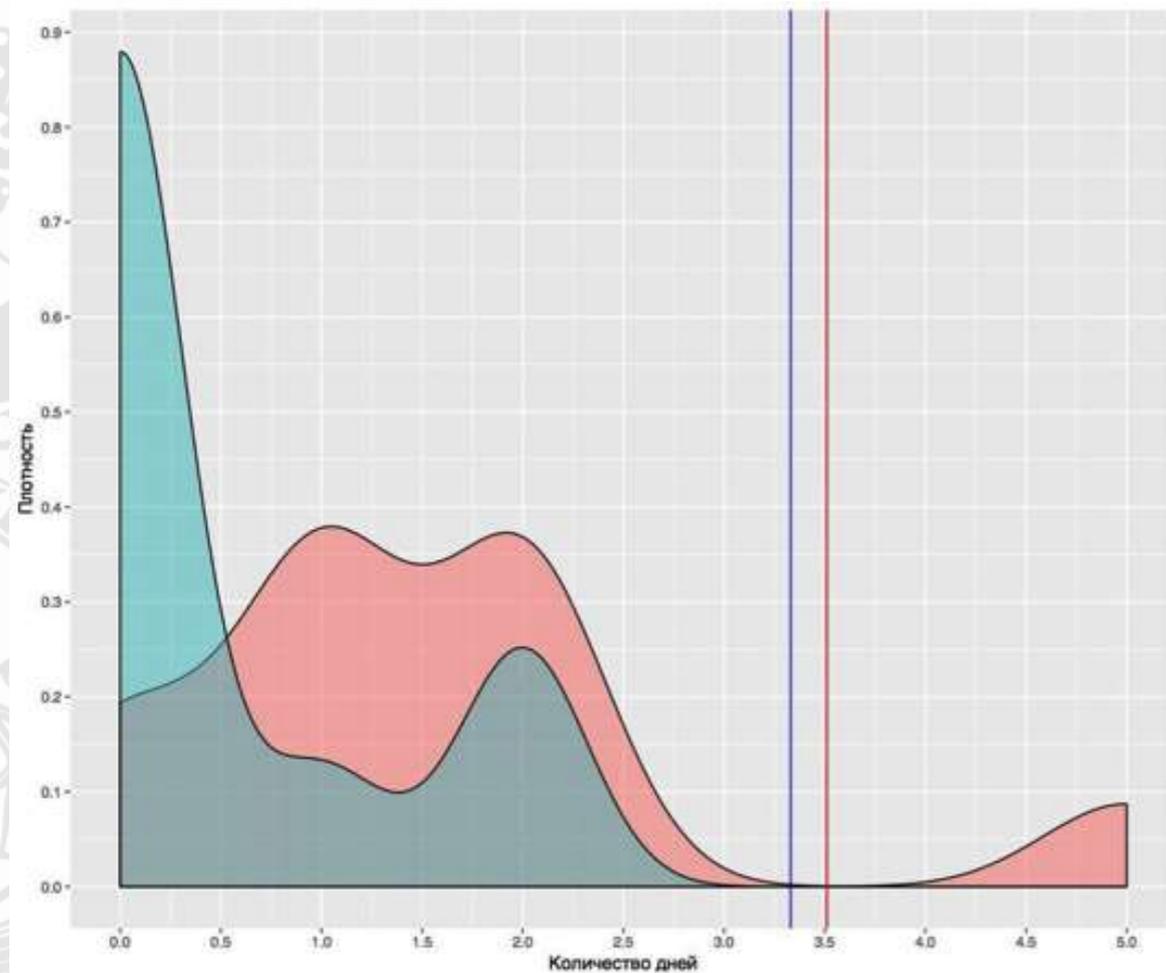
под влиянием алкоголя у женщин детородного возраста до и после двухфокусного краткосрочного вмешательства

Показатель риска:

- наличие как минимум одного незащищенного полового акта за последние 90 дней;
- однократное употребление 4 и более доз алкоголя за один раз или 7 и более доз алкоголя за неделю в течение последних 90 дней.



Результаты: алкогольное поведение беременных женщин спустя 12 месяцев после начала исследования



Количество дней
употребления алкоголя

разница между группами: $U=83$, $p<0,05$

экспериментальная группа: $t(9)=-10,531$, $p<0,001$

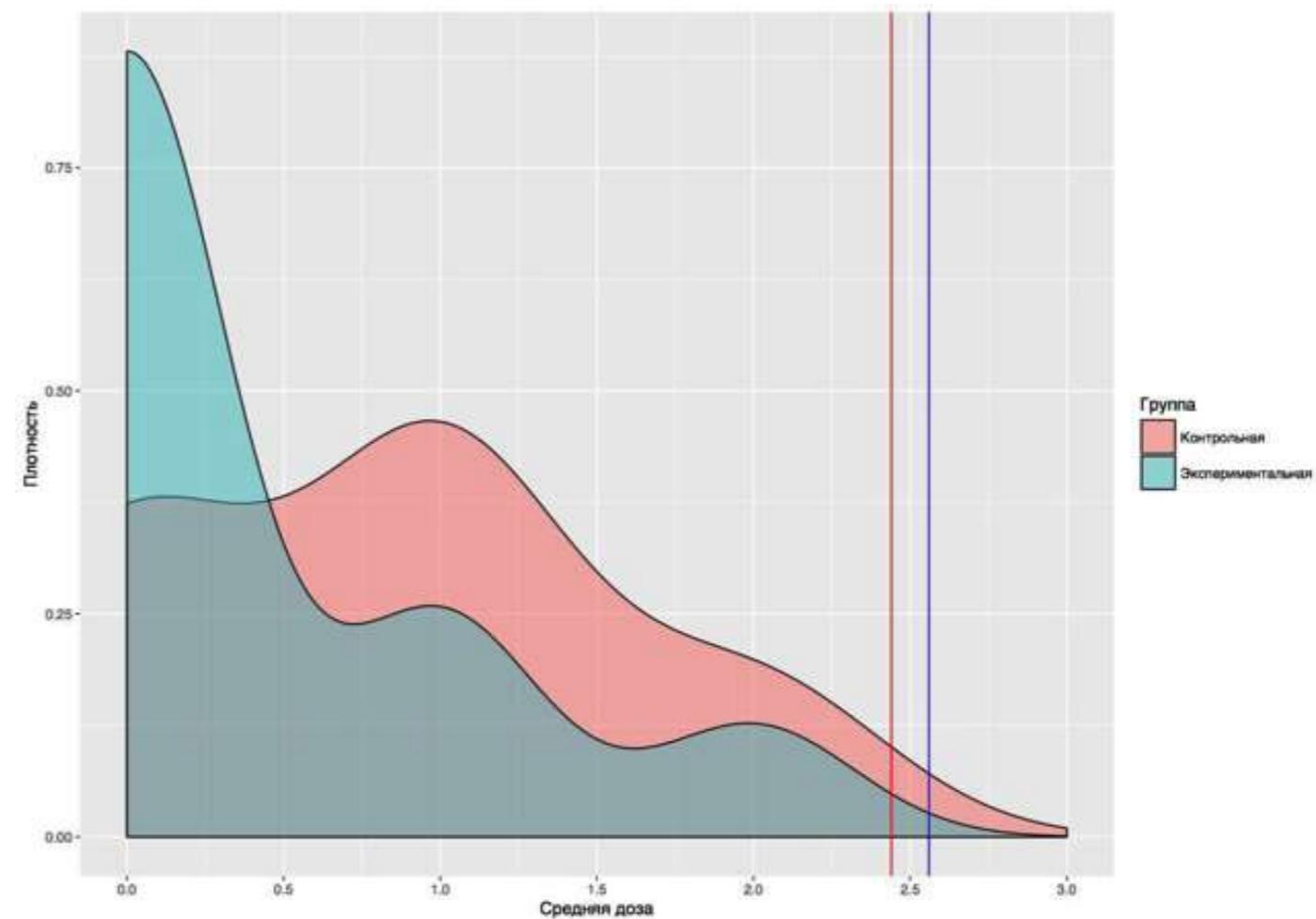
контрольная группа: $t(10)=-4,761$, $p<0,01$

Средняя доза

разница между группами: $p>0,05$

экспериментальная группа: $t(9)=-9,769$, $p<0,001$

контрольная группа: $t(10)=-7,165$, $p<0,001$



Результаты: социально-демографические характеристики женщин детородного возраста и их взаимосвязи с показателями риска возникновения беременности, подверженной влиянию алкоголя

- среднее профессиональное или высшее образование;
- находящиеся в разводе или незамужние;
- неработающие или домохозяйки;
- имеющие 1 ребенка;
- имеющие в анамнезе аборты;
- курящие;
- не занимающиеся физической активностью.

Заключение

- Краткосрочное двухфокусное вмешательство снижает риск возникновения беременности, подверженной влиянию алкоголя.
- Краткосрочное вмешательство, направленное на профилактику ФАС, вызывает позитивные изменения знаний, установок и поведения, связанных с употреблением алкоголя.
- Краткосрочное вмешательство способствует более быстрым изменениям знаний, установок и поведения в сравнении с пассивным информированием.



Благодарю за внимание!

e.a.burina@spbu.ru