

## Fetálny alkoholový syndróm (2019)

Zverejnené na Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Košiciach  
(<https://www.ruvzke.sk>)

---

## Fetálny alkoholový syndróm (2019)



Fetálny alkoholový syndróm (FAS) je súbor príznakov u novorodenca, ktoré vznikli počas tehotenstva následkom nadmerného pitia alkoholu u matky.

Viac ako 30 % žien počas gravidity požíva alkoholické nápoje. Je to ako hranie ruskej rulety so zdravím vlastného dieťaťa.

### Výskyt FAS:

- neexistujú presné štatistiky (syndróm u novorodenca nemusí byť úplne vyvinutý)
- odhad: 1 zo 750 novorodencov (plne vyvinutý)
- odhad: 10 - 12 z 1000 novorodencov (menej závažné príznaky)
- pri pravidelnej konzumácii alkoholu počas tehotenstva je výskyt syndrómu u 30 % novorodencov

### Ako spracováva alkohol plod:

- alkohol prechádza placentou a krvou do plodu
- koncentrácia alkoholu v krvi u plodu je rovnaká ako u matky
- plod nedokáže odbúravať alkohol - vyššie hodnoty pretrvávajú viac ako 24 hodín
- po 2 - 3 hodinách je koncentrácia u plodu dokonca vyššia ako u matky

Nie je známe žiadne množstvo alkoholu, ktoré by bolo počas tehotenstva považované za bezpečné pre vývoj plodu.

### Účinky alkoholu závisia:

- od množstva vypitého alkoholu

## **Fetálny alkoholový syndróm (2019)**

Zverejnené na Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Košiciach  
(<https://www.ruvzke.sk>)

---

- kedy, v akej fáze tehotenstva žena alkohol pije
- frekvencie pitia

Pravdepodobne nezáleží na forme konzumovaného alkoholu (či je to pivo, víno alebo tvrdý alkohol).

Účinky alkoholu na plod v jednotlivých obdobiach tehotenstva:

### **I. Trimester**

- potrat
- poškodenie orgánov (chybný vývoj)
- najviac citlivý je mozog (nezvratná strata buniek)

### **II. Trimester**

- potrat (spojené nielen s alkoholom, ale aj celkovo zlou životosprávou)

### **III. Trimester**

- spomaľuje rast plodu

Príznaky FAS:

#### **Rast dieťaťa:**

- zaostávanie rastu (podvýživa matky - plodu)

#### **Funkcia CNS (mozgu):**

- mentálna retardácia
- abstinenčné príznaky
- slabý sací reflex
- zvýšená dráždivosť
- poruchy spánku
- spomalenie vývoja
- poruchy sústredenia
- problémy s učením
- poruchy správania
- nižšie IQ (špeciálne školy)
- poruchy intelektu

#### **Telesné zmeny:**

- malá hlava
- úzke očné štrbiny
- plochá stredná časť tváre
- nízky chrbát nosa
- nosovo - perový priestor hladký (chýba nasolabiálna ryha)
- nos tvar zástrčky
- rásštep pery a podnebia

## **Fetálny alkoholový syndróm (2019)**

Zverejnené na Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Košiciach  
(<https://www.ruvzke.sk>)

---

- úzka horná pera
- neobvykle tvarované uši
- poškodenie zraku a sluchu
- ušné infekcie
- problémy so svalovým tonusom
- obmedzenie pohyblivosti kĺbov
- vrodené srdcové chyby

### **Sociálne problémy pri FAS:**

- problémy v škole
- problémy s ostatnými spolužiakmi
- zlá sociálna prispôsobivosť
- problémy prispôbiť sa zmene alebo prepínať z jednej úlohy na druhú
- problémy so správaním a sebaovládaním
- ťažkosti s vnímaním času
- problémy s plánovaním alebo prácou smerujúcou k nejakému cieľu

### **Liečba FAS:**

- v zásade len symptomatická – neexistuje žiadna špecifická, kauzálna terapia, poruchy, ktoré vznikli počas vývoja plodu sú trvalé a nezvratné
- tím, ktorý sa skladá zo špeciálneho pedagóga, logopéda, terapeuta telesnej a pracovnej terapie a psychológa, ktorí môžu pomôcť s chôdzou, rozprávaním a sociálnymi zručnosťami, vhodný je odklad povinnej školskej dochádzky
- lieky na niektoré príznaky
- liečba alkoholizmu matky – následné lepšie rodičovstvo a predchádzanie rizikám v ďalšom tehotenstve

### **Rizikové faktory:**

- neplánované tehotenstvo
- neschopnosť rozpoznať ranné tehotenstvo a pitie alkoholu v tom čase
- nedostatok znalostí o rizikách konzumácie alkoholu
- nízky vek matky
- nízky socio-ekonomický status

### **Ako predísť FAS - odporúčania:**

- Nepite alkohol, ak sa pokúšate otehotnieť. Ak ste s pitím alkoholu ešte neprestali, prestaňte tak rýchlo, ako je len možné, dokonca aj v prípade, že si myslíte, že tehotná nie ste. Nikdy nie je neskoro s pitím alkoholu prestať, ale čím skôr prestanete, tým lepšie pre vaše dieťa.
- Vyhýbajte sa pitiu alkoholu v priebehu celého tehotenstva. Syndrómu sa dá úplne predísť, ak žena počas tehotenstva nekonzumuje alkohol.
- Zvážte vzdanie sa alkoholu počas vášho fertillného obdobia, ak ste sexuálne aktívna a máte nechránený sex. Mnoho tehotenstiev je neplánovaných a poškodenia plodu sa môže objaviť v prvých týždňoch tehotenstva.

## **Fetálny alkoholový syndróm (2019)**

Zverejnené na Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Košiciach  
(<https://www.ruvzke.sk>)

---

- Ak máte problém s alkoholom, nechajte si pomôcť pred tým, než budete tehotná. Zvážte profesionálnu pomoc, ktorá vám pomôže určiť mieru závislosti na alkohole a vypracovať plán liečby.

„Ak si tehotná, nepi! Ak piješ, nebuď tehotná!“ – Eva Carner

„Každý deň by mal byť medzinárodným dňom povedomia o fetálnom alkoholovom syndróme.“ –  
Teresa Kellerman [www.babybornfree.com](http://www.babybornfree.com) [1]

### **Odkazy**

[1] <http://www.babybornfree.com>