



Ε Μ Γ Ε

Ελληνική Μαιευτική και
Γυναικολογική Εταιρεία

Αλκοόλ και εγκυμοσύνη

Πως επηρεάζει το αλκοόλ την εγκυμοσύνη;

Όταν μια έγκυος καταναλώνει αλκοόλ, τότε αυτό μέσω του πλακούντα περνάει στο αίμα του εμβρύου. Τακτική κατανάλωση αλκοόλ στη διάρκεια της εγκυμοσύνης μπορεί να οδηγήσει σε ένα πλήθος επιπλοκών για το παιδί τόσο στη νεογνική όσο και στην παιδική και εφηβική ηλικία. Ακόμα και η κατανάλωση αλκοόλ πριν τη σύλληψη μπορεί να επηρεάσει το νεογνό.

Η διακοπή του αλκοόλ στη διάρκεια της εγκυμοσύνης βελτιώνει την κατάσταση, αλλά πάντα υπάρχει ο κίνδυνος να έχει γίνει μια ανεπανόρθωτη βλάβη.

Πως γίνεται η μέτρηση του αλκοόλ;

Διεθνώς η μέτρηση του αλκοόλ γίνεται σε μονάδες (units), ανάλογα με την περιεκτικότητα ενός ποτού. Ενδεικτικά ένα ποτήρι μπύρας 330 ml έχει 1.5 - 2 μονάδες και ένα ποτήρι κρασί 1.5 μονάδα.

Τι θα συμβεί αν πίνω πολύ αλκοόλ πριν την εγκυμοσύνη;

Αν σχεδιάζετε εγκυμοσύνη στο άμεσο μέλλον τότε συστήνεται η πλήρης αποφυγή ή η ελάχιστη κατανάλωση αλκοόλ, πάντα κάτω από τα όρια ασφαλείας.

Το αλκοόλ επηρεάζει την ικανότητα σύλληψης για τη γυναικά, όπως και για τον άνδρα., ενώ αυξάνει σημαντικά την πιθανότητα αποβολής στο πρώτο τρίμηνο.

Πόσο ασφαλής είναι η κατανάλωση αλκοόλ στην εγκυμοσύνη;

Υπάρχουν λίγες μελέτες με αντικρουόμενα συμπεράσματα σχετικά με την ασφάλεια της κατανάλωσης αλκοόλ στην εγκυμοσύνη. Γενικά συστήνεται για την απόλυτη ασφάλεια του νεογνού η πλήρης αποφυγή κατανάλωσης αλκοόλ τόσο στην εγκυμοσύνη όσο και στο διάστημα πριν τη σύλληψη.

Σε περίπτωση κατανάλωσης αλκοόλ αυτή δεν θα πρέπει να ξεπερνάει τα ασφαλή όρια που είναι έως 2 μονάδες για όχι πάνω από 1-2 φορές την εβδομάδα. Επίσης σε καμία περίπτωση δεν θα πρέπει να καταναλώνονται συνεχόμενα περισσότερες από 5 μονάδες.

Τι θα συμβεί αν πίνω πολύ αλκοόλ στην εγκυμοσύνη;

Κατανάλωση περισσότερων από δυο μονάδων αλκοόλ για πάνω από 2 φορές την εβδομάδα αυξάνουν σημαντικά τον κίνδυνο για πρόωρο τοκετό, για γέννηση θνησιγενούς ή χαμηλού βάρους νεογνού. Όταν η κατανάλωση ξεπερνάει τις 6 μονάδες την ημέρα τότε είναι εξαιρετικά υψηλή η πιθανότητα αποβολής. Επίσης τα παιδιά μητέρων που κατανάλωναν αλκοόλ εμφάνισαν μεγαλύτερη ευπάθεια σε λοιμώξεις καθώς και μαθησιακές δυσκολίες και προβληματική συμπεριφορά στη μετέπειτα ζωή τους.