

Patienteninfo: Alkohol in der Schwangerschaft

Es wird immer wieder gesagt, dass Alkoholkonsum in der Schwangerschaft für das wachsende Kind schädlich sei. Aber wie viel Alkohol darf eigentlich eine werdende Mutter trinken?

Alkohol ist ein **Gift**. Typische Symptome wurden erstmals 1957 von Rouquette in Zusammenhang mit dem Alkoholkonsum der Mutter während der Schwangerschaft gebracht. Ihre Arbeit wurde 1968 von Lemoine wieder aufgegriffen. Er nannte die Symptomatik das **fetale Alkoholsyndrom (FAS)** oder **fetale Embryopathie**. Das FAS kommt in allen Gesellschaftsschichten vor.

In Deutschland werden jährlich 4000–10000 Kinder mit alkoholbedingten Gesundheitsschäden erfasst, davon 1500–4000 mit schweren Behinderungen. Die Dunkelziffer wird auf 11000–16000 geschätzt. Damit ist das FAS häufiger als das Down-Syndrom (ca. 2000 Neugeborene/Jahr) und die häufigste Ursache für geistige Behinderungen, die nicht genetisch bedingt sind. Nur bei einem Teil der Kinder wird das FAS diagnostiziert, weil die typischen äußeren Anzeichen nicht immer vorhanden sind. Oft fallen die Kinder erst ab Schuleintritt auf und werden dann genauer untersucht.

Schädigungsmechanismus

Alkohol an sich hat eine toxische (giftige) Wirkung auf die Zellentwicklung, besonders auf die des **Gehirns** und der sich entwickelnden **Organe**. Er hemmt das Wachstum der Zellen; ein Vorgang, der während der gesamten Schwangerschaft sehr gefährlich ist.

Alkohol gelangt über die Plazenta durch die Nabelschnur direkt zum ungeborenen Kind und wirkt sich ungehindert auf dieses aus. So erreicht das Kind schnell den gleichen Alkoholpegel wie die Mutter, wenn diese Alkohol getrunken hat. Die Leber des Kindes kann den Alkohol noch nicht abbauen, sondern muss sich dafür auf den mütterlichen Stoffwechsel verlassen. Da-

her bleibt der Alkohol bis zu 10-mal länger im Blut des Kindes als im Blut der Mutter. Je nach Schwangerschaftswoche und Menge des getrunkenen Alkohols kann dies einen schädigenden Einfluss auf die sich entwickelnden Organe haben und Fehlbildungen verursachen.

Wenn die Mutter zudem noch **raucht** und viele **koffeinhaltige Getränke** zu sich nimmt, ist das Risiko einer Schädigung des ungeborenen Kindes erheblich größer.

Symptome und Auswirkungen

Die Veränderungen beim Kind reichen von kaum wahrnehmbaren Schäden bis zu schweren Behinderungen. Es kommt zu körperlichen und geistigen **Entwicklungsverzögerungen**, wobei oft Hirnleistungsstörungen und Verhaltensänderungen auftreten. Die **intellektuellen Leistungsstörungen** findet man besonders im Bereich des logischen und kombinatorischen Denkens. Das Verständnis für komplexe Geschehen ist nicht vorhanden, Kurz- und Langzeitgedächtnis sind beeinträchtigt. Dadurch ist auch das Erlernen täglicher Abläufe erschwert. Zu den Störungen des Zentralnervensystems gehören **Verhaltensstörungen** wie Hyperaktivität, Nervosität, fehlende Affektkontrolle, anfallsweise Aggressionen und fehlendes soziales Feingefühl.

Äußerliche Anzeichen sind Kleinköpfigkeit, schmale Augenlider, schmale Oberlippe, Abflachung des Mittelgesichts und wenig ausgebildetes Philtrum (senkrechte Rinne zwischen Nase und Oberlippe). Es gibt auch typische Veränderungen des Gesichts und des Körpers ohne geistige Beeinträchtigungen.

Prävention

Das FAS muss so **früh wie möglich erkannt** werden, damit die betroffenen Kinder gezielt gefördert und Spätfolgen gemildert werden können. Man kann viel durch

gezielte Therapie (Logopädie, Physiotherapie, psychomotorische Therapie) erreichen. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass auch die Osteopathie eine Unterstützung sein kann, damit betroffene Kinder ruhiger im Umgang werden und z.B. das Gehirn besser mit Sauerstoff versorgt wird (durch Verbesserung der Durchblutung). Dadurch können diese Kinder besser lernen und sich entwickeln. Eine Heilung durch Medikamente ist bislang nicht möglich, operative Eingriffe beheben nur z.T. die körperlichen Veränderungen.

Es wird in Deutschland von Ärzten empfohlen, gar keinen Alkohol in der Schwangerschaft zu trinken. Eine sichere Alkoholgrenze, bei der keine Schädigungen auftreten, gibt es nicht. Selbst bei Frauen, die „nur“ ein Glas Bier oder Wein pro Woche zu sich nahmen, zeigten Untersuchungen, dass es beim Kind zu kognitiven Störungen kommen kann. Auch Wochenendbetrinken und vermehrtes gelegentliches Trinken auf Festen können Schädigungen bewirken, wenn sie in den empfindlichen Entwicklungsphasen des ungeborenen Kindes stattfinden. Fazit: Sobald Sie wissen, dass sie **schwanger** sind, besser **gar keinen Alkohol** mehr trinken!

 **Online**

<http://dx.doi.org/10.1055/s-0033-1360377>

Noori Mitha
Hamburg

Mit den besten Grüßen überreicht durch

Praxisstempel/Unterschrift