

Alkohol, og særlig vin, har blitt en større del av det sosiale samværet med venner og familie, og det drikkes stadig oftere med barn til stede. Forbruket er doblet på ti år både blant voksne og hos ungdom.

Bevisste foreldre – en god start er et forebyggingsprogram utviklet av Blå Kors. Vi ønsker foreldre som er bevisste på sammenhengene mellom egen bruk /egne holdninger og barnas forhold til alkohol, for å begrense de skadevirkningene vi vet er en følge av et økende alkoholforbruk.

Denne brosjyren er nummer én i en serie av fire brosjyrer rettet mot foreldrene fra før barnet blir født og ut barneskolen.

BEVISSTE FORELDRE - EN GOD START



Blå Kors Norge

Besøksadresse: Storgaten 38, Oslo

Postadresse: Postboks 4793 Sofienberg, 0506 Oslo

Telefon: 22 03 27 40 Fax: 22 03 27 41

www.blakors.no

Org. nr. 971 233 419

KLP forsikring og Blå Kors Norge har et gjensidig samarbeid om et tryggere oppvekstmiljø for barn og unge.

SOM ER GRAVID
INFORMASJON TIL DEG

NÅRMOR DRIKKER FÅR FOSTERET LIKEHØY PROMILLE.

**VISSTE
DU DET?**

Okian Syrévet

www.bevissteforeldre.no

«ETT GLASS VIN KAN DU VEL TA?!»

Gravide kvinner lurer ofte på om de kan ta et «lite glass» i sosiale sammenhenger. Om ett glass er for mye eller helt OK vet forskere lite om. Forskning viser at selv små mengder alkohol kan hemme utviklingen av fosterets hjerneceller. Man kan aldri vite hvilken skade det ene vinglasset gjør.

Men en ting er sikkert: Fosteret får like høy promille som mor. I tillegg bryter fosteret ned alkoholen saktere. Avfallstoffene fra alkoholen blander seg med fostervannet som det lille vesenet drikker. Og bakrusen varer lengre.

I en voksen kropp gjør som regel ett glass vin ingen skade, men for et foster som utvikler hundretusenvis av hjerneceller i minuttet, er det en voldsom mengde.

Det sikreste er å avstå helt fra alkohol når en legger bort prevensjonen.

Dersom du vil vite mer om temaet, også etter at barnet er kommet, se **www.bevissteforeldre.no**

«Fosteret får samme promillen som moren»

Overlege/psykiater H.O. Fekjær, «RUS»

«Alkohol kan skade fosteret i alle faser av svangerskapet og skadevirkningene er livsvarige. Forskningen viser entydig at selv små mengder alkohol kan ha langvarig negativ innflytelse på barnas atferd, intellekt og evne til å lære.»

Konklusjonen fra ekspertgruppe ledet av professor Ann Mari Brubak

«Vi anbefaler at kvinner ikke drikker alkohol under svangerskapet.»

Faglige retningslinjer for svangerskapsomsorgen 2005 fra Sosial- og helsedirektoratet

«Jo mer forbruk, desto verre utslag.»

Lege/dr. med. Kari Slimning, Folkehelseinstituttet



**BARNET I MAGEN KAN
PÅVIRKES AV SMÅ
ALKOHOLMENGDER.**