

Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V.

Hölderlinstraße 8 • 55131 Mainz • Telefon 06131 2069-0 • Fax 06131 2069-69 • Mail info@lzg-rlp.de • www.lzg-rlp.de
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit Birgit Kahl-Rüther • Telefon 06131 2069-15 • Mail bkahl@lzg-rlp.de

Mainz, 1. September 2020

Alkohol in der Schwangerschaft: Jeder Schluck hat Folgen für das Kind **Referat Suchtprävention der LZG macht auf Präventions- und Informationsangebote aufmerksam**

Jeder Schluck Alkohol, den eine schwangere Frau trinkt, gelangt auch in den Blutkreislauf ihres ungeborenen Kindes. Es kommt damit schnell auf den gleichen Promillewert wie seine Mutter, braucht jedoch zehnmal länger als sie, um den Alkohol wieder abzubauen. Für das Kind hat das schwere gesundheitliche Folgen.

„Es gibt keine gesicherten Grenzwerte, bis zu denen Alkoholkonsum unschädlich ist. Nur der bewusste Verzicht auf Alkohol in jeder Phase der Schwangerschaft schützt das Kind sicher vor alkoholbedingten Schädigungen“, erklärt Gesundheitsministerin Sabine Bätzing-Lichtenthäler aus Anlass des Tages des alkoholgeschädigten Kindes am 9. September. „Schwangere Frauen, die Rat und Hilfe suchen, können sich in Rheinland-Pfalz an regionale Suchtberatungsstellen wenden. Genauso wichtig wie professionelle Unterstützung ist aber auch, dass das soziale Umfeld Frauen darin unterstützt, in der Schwangerschaft und in der Stillzeit abstinenter zu sein“, so die Ministerin. Das heiße nicht nur, dass bei offiziellen Anlässen oder Feiern alkoholfreie Getränke angeboten werden sollten, sondern auch, selbst einmal das Glas Wein oder Bier wegzulassen. Rücksicht auf Schwangere nehmen bedeute, auch das eigene Trinkverhalten anzupassen. Hier seien auch die werdenden Väter gefordert.

In Deutschland werden jährlich rund 12.500 Kinder mit Beeinträchtigungen geboren, die auf den Alkoholkonsum der Mutter in der Schwangerschaft zurückzuführen sind. Die Defizite, die bei den Kindern auftreten können, sind sehr unterschiedlich: Minderwuchs und Untergewicht, Kleinköpfigkeit und Gesichtsveränderungen, Nieren- und Herzschäden, Augen- und Skelettfehlbildungen. Alkohol in der Schwangerschaft schädigt darüber hinaus das Gehirn des Ungeborenen: geistige Behinderung, verminderte Intelligenz und Verhaltensstörungen sind die Folgen. Rund 3000 dieser Kinder zeigen das Vollbild des Fetalen Alkoholsyndroms (FAS; engl. Fetal Alcohol Spectrum Disorders, FASD). Das heißt, sie sind in allen genannten Bereichen geschädigt und benötigen ihr Leben lang Unterstützung.

„Das Fetale Alkoholsyndrom ist eine Form der Behinderung, die durch abstinenteres Verhalten in der Schwangerschaft komplett vermieden werden könnte. Professionelle Unterstützung und ein aufmerksames soziales Umfeld sind wichtige Faktoren, um Schäden durch Alkohol bei ungeborenen Kindern zu vermeiden. Prävention, am besten schon im Jugendalter, wenn die Weichen

für Einstellungen und Verhalten gelegt werden, hat daher einen besonderen Stellenwert“, betont Dr. Matthias Krell, Geschäftsführer der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG).

Als Beispiel für eine grundlegende kommunale Alkoholprävention für Kinder und Jugendliche nennt Krell das Programm „HaLT- Hart am Limit“, das in Rheinland-Pfalz von der LZG koordiniert wird. Das Programm setzt frühzeitig bei riskantem Alkoholkonsum von Jugendlichen und jungen Erwachsenen an und greift auch die Problematik von Alkohol in der Schwangerschaft auf. Vor diesem Hintergrund lädt am 9. September 2020 das Referat Suchtprävention der LZG Fachkräfte zum digitalen Austausch „HaLT proaktiv – Präventionsmöglichkeiten FASD“ ein. Gemeinsam soll überlegt werden, wie die Prävention alkoholbedingter Schädigungen bei Kindern weiterentwickelt werden kann.

Darüber hinaus veranstaltet das Referat Suchtprävention am 25. November 2020 in Mainz eine Fortbildung für Menschen, die mit schwangeren Frauen zusammenarbeiten. Nähere Infos unter <https://lzg-rlp.de/de/alkoholfrei-schwanger.html>

Ein Film auf dem [YouTube-Kanal der LZG-Akademie](#) erläutert anschaulich, warum es wichtig ist, in der Schwangerschaft und Stillzeit auf Alkohol zu verzichten und gibt hilfreiche Tipps zur Unterstützung. Für Fachkräfte, die im beruflichen Alltag mit schwangeren oder stillenden Frauen in Kontakt treten, wurde die Online-Fortbildung „Alkoholfrei schwanger“ entwickelt. Sie ist auf dem E-Learning-Portal www.elearning.lzg-rlp.de zu finden.

Weitere Materialien stehen im LZG-Shop auf www.lzg-rlp.de/de/lzg-shop.html zum Download oder zur Bestellung bereit. Kontaktdaten für persönliche Beratungsgespräche und Unterstützung vor Ort hat die LZG auf der Seite [Anlaufstellen bei Themen der Sucht](#) zusammengestellt.

Das Gesundheitstelefon der LZG greift das Thema Alkohol in der Schwangerschaft in der ersten Septemberhälfte auf: Unter dem Titel „Kein Gläschen in Ehren – alkoholfrei leben in der Schwangerschaft“ ist vom 1. bis 15. September unter der Telefonnummer 06131 206930 zum Ortstarif ein Infotext zu hören. Wer den Text lieber lesen möchte, findet ihn auf der Seite www.gesundheitstelefon-rlp.de.

V.i.S.d.P. Dr. Matthias Krell, Geschäftsführer