



FAS – Foetaal Alcohol Syndroom

Tekst: Monique Hordijk
Foto: Marion Middendorp
Bron: http://www.peuteren.nl/zwanger/fas_foetaal_alcohol_syndroom.php
Website: [Peuteren.nl](http://www.peuteren.nl)

Als je zwanger bent zorg je zo goed mogelijk voor jezelf en voor je ongeboren kindje. Je eet gezond, neemt rust, slikt foliumzuur, bezoekt een verloskundige of gynaecoloog en je bereidt je voor op de bevalling. Uiteraard mijdt je het gebruik van nicotine en alcohol. Iedereen weet dat roken slecht is, maar wat weet je feitelijk over de gevolgen van alcoholgebruik tijdens je zwangerschap? Om je bewust te maken van de enorme consequenties van alcoholgebruik voor je kindje, besteedt Peuteren.nl hier deze maand extra aandacht aan.

Kenmerken FAS

FAS - het klinkt onheilspellend en eerlijk gezegd is het dat ook. FAS wordt veroorzaakt door veel en/of regelmatig alcoholgebruik tijdens de zwangerschap. In een vroeg ontwikkelstadium kan dit afwijkingen geven in het zenuwstelsel en de organen van de foetus. In een later stadium kan het groeiachterstand, hersenbeschadiging en gedragsstoornissen veroorzaken. [Baby's met FAS](#) hebben een lager geboortegewicht, groeien na de geboorte slecht en hebben een abnormaal klein hoofd. De uiterlijke kenmerken van kinderen met FAS zijn karakteristiek: het gezichtje is wat afgeplat met een platte neusbrug, de ogen staan iets verder uit elkaar met overhangende oogleden, het neusje is plat en staat omhoog, verder is de bovenlip recht en smal en staan de oren laag. De neurologische afwijkingen uiten zich in een slechte spiercoördinatie, een slechte zuigreflex, overgevoeligheid voor tast/geluid/licht; deze kinderen hebben in meer of mindere mate verstandelijke beperkingen, leer- en/of gedragsproblemen en een slecht sociaal functioneren.

Zwanger en alcohol

Natuurlijk knik je nu braaf dat jij niet drinkt tijdens je zwangerschap, en dus maak je je niet ongerust. En ach, die ene avond doorzakken laatst... het was toch zeker carnaval! Maar pas op, ook die ene avond doorzakken kan al gevolgen hebben voor je kind. Dat geldt ook voor een dagelijks, [onschuldig glaasje wijn bij het eten of s avonds een lekker likeurtje voor het slapen gaan](#). Het gaat niet zozeer om de soort van alcohol die je drinkt - wijn, bier of sterke drank - het gaat om de hoeveelheid zuivere alcohol die in je bloed komt. Je lichaam beschouwt alcohol als een gif, je lever werkt als een filter en ontgift het bloed; de afvalstoffen scheidt je vervolgens weer uit. Maar voordat dit afbraakproces plaats vindt geeft de placenta via de bloedbaan de alcohol - het gif - eerst onverminderd door aan je kindje...

FAS is wel te voorkomen, niet te genezen

FAS is wel te voorkomen, maar helaas niet te genezen. Met hulpmiddelen als fysiotherapie, logopedie en extra (school)begeleiding van deskundigen kun je het beste uit een kind met FAS halen. Het vergt veel grote inzet van de verzorgers en een veilige basis, terwijl kinderen met FAS juist ouders hebben met problemen in de alcohol- en drugsfeer. Zij belanden dan ook vaak in [pleeggezinnen](#). Niet iedere zwangere die wel eens drinkt krijgt een kindje met FAS en gelukkig spreken we hier over een beperkte groep kinderen.

Je kunt elk FAS-dreiging voor je kindje beperken door gewoon niet te drinken. Heb jij onbewust (regelmatig) gedronken of twijfel je aan je eigen drankgebruik, maak dit dan bespreekbaar bij je verloskundige.

Het is niet onze bedoeling om je schrik aan te jagen, en we willen zeker geen beschuldigend vingertje opsteken als je wel eens wat drinkt. Het gaat Peuteren.nl om een stuk bewustwording dat alcoholgebruik tijdens je zwangerschap écht niet goed is. Het huidige advies in de verloskundigepraktijken is niet voor niets: 'Zwanger? Geen alcohol'



Interessante links

[Bestel je alcoholvrije wijn bij alcoholvrij.com](http://www.alcoholvrij.com)
www.9maandenalcoholvrij.nl
www.fasstichting.nl
www.erfelijkheid.nl
www.e-gezondheid.be
www.stap.nl

Meer informatie

[Hersentjes van een FAS kind](#)
[Onderzoek naar FAS](#)

Artikelen

[Voorkom alcohol schade bij je kind](#)

Ervaringen

[Ervaring met een FAS-kind in een pleeggezin](#)

