

ZFPS-Newsletter | September 2020

Alkohol und Tabak in der Schwangerschaft und Stillzeit

Verantwortung und Solidarität

Zwei häufig verwendete Schlagworte in einem Atemzug zu nennen, wirkt schon fast wie ein Hilfeschrei – wenn da nicht das Ausrufezeichen fehlte. Angesichts der Tatsache, dass durch den Konsum von Alkohol und Tabak in Schwangerschaft und Stillzeit Beeinträchtigungen entstehen können, unter denen Kinder zu leiden haben, ist ein Aufruf zum Handeln aber tatsächlich angebracht: Verantwortung wahrnehmen und Solidarität praktizieren können im Kleinen Grosses bewirken.

Die Selbst- und Eigenverantwortung sind immer wieder Thema oder gar Streitpunkt. In Zeiten von Corona erleben wir dies beispielsweise in Form der Diskussion rund um das Bedürfnis nach Schutz der Gesundheit auf der einen und dem Anspruch auf individuelle Entscheidungsfreiheit auf der anderen Seite. Letztere ist immer dann mit einem Duldungszwang gleichzusetzen, wenn sie auf Kosten anderer Menschen geht und deren Wohlergehen beeinträchtigen kann. Ganz besonders gilt dies, wenn ein Individuum keine Chance hat, auf die Situation Einfluss zu nehmen.

Die Verantwortung der Mutter

Im Fall einer Schwangerschaft ist das heranwachsende Kind machtlos gegenüber dem Wirken der Mutter. Auch in der allfälligen Stillzeit befindet es sich in Abhängigkeit von der Mutter. Deshalb trägt sie eine spezielle Verantwortung und ihr Verhalten hat eine besondere Bedeutung. Die Gesundheit von Mutter und Kind hängen eng miteinander zusammen: So schadet etwa der Konsum von Alkohol oder Tabak in der Schwangerschaft oder Stillzeit nicht bloss der Mutter, sondern auch ihrem Kind.

Es wäre allerdings zu einfach, der Mutter die vollumfängliche Verantwortung zuzuschieben. Sowohl das nähere soziale Umfeld – angefangen beim Vater – als auch die Gesellschaft als Ganzes stehen in der Verantwortung.

Sucht Schweiz hat anlässlich des diesjährigen Tages des alkoholgeschädigten Kindes, der seit 1999 alljährlich am 9. September begangen wird, zur «Solidarität für eine Schwangerschaft ohne Alkohol» aufgerufen. Dies vor dem Hintergrund, dass in der Schweiz jährlich zwischen 1000 und 4000 Kinder zur Welt kommen, die wegen des Alkoholkonsums der Mutter Beeinträchtigungen erleiden – diese reichen von Lern-

schwierigkeiten über Sprechstörungen bis hin zu Impulsivität. Zehn Prozent dieser Kinder weisen gar besonders schwere Folgen des mütterlichen Alkoholkonsums auf wie Wachstumsstörungen oder schwere Schädigungen des zentralen Nervensystems.

Die Verantwortung jeder einzelnen Person

All dies sind der Gründe mehr als genug, dass sich alle darum bemühen, ihren präventiven Beitrag zur Verhinderung solcher Entwicklungen zu leisten und den Kindern möglichst gute Voraussetzungen für ihr Leben zu bereiten. An diesem Punkt setzt auch der Appell von Sucht Schweiz an. Der Aufruf, in der Gegenwart von schwangeren Frauen keinen Alkohol zu trinken oder «die schwangere Frau zumindest nicht zum Mittrinken zu verleiten», lässt sich mit ein bisschen gutem Willen, Respekt und Aufmerksamkeit denn auch ganz einfach in die Tat umsetzen.

Im Wissen darum, dass auch der Tabakkonsum der Mutter und ihres Umfelds dem Kind schaden kann, lässt sich dieser Appell analog erweitern: Rauchen in der Anwesenheit einer schwangeren Frau ist ein No-Go, sie zum Rauchen zu animieren erst recht. Glücklicherweise hat sich das Bewusstsein betreffend Passivrauchen in der Bevölkerung über die letzten Jahrzehnte generell deutlich verbessert, was die Akzeptanz präventiver Massnahmen erleichtert.

Die gesellschaftliche Verantwortung

Auf gesellschaftlicher Ebene ist Information und Sensibilisierung in Sachen Alkohol- und Tabakkonsum und deren mögliche Auswirkungen auf das Kind notwendig. Diese geht weit über die Vermittlung von Basiswissen über die Gefahren hinaus, wenngleich sie ein Teil davon ist.

Ebenso wichtig ist die Unterstützung der Schwangeren in Form von positiver Motivation. Dabei sind der unterschiedliche Kenntnisstand der Frauen und deren verschiedene Lebenslagen zu berücksichtigen. So macht es einen Unterschied, ob jemand hin und wieder in Gesellschaft ein Glas Wein trinkt oder täglich allein zu Hause eine ganze Flasche leert.

Der Übergang von der Gewohnheit zur Sucht ist bekanntlich fließend, sodass es allein schon aufgrund der Konsumgewohnheiten ein ganzes Spektrum an unterschiedlichen Ausgangslagen gibt, an die Information und Sensibilisierung anknüpfen sollten. Während die einen bloss in ihrem bisherigen Verhalten bestärkt werden müssen, benötigen andere Unterstützung bei der temporären Reduktion oder Aufgabe ihres Konsums, und wiederum andere brauchen Hilfe im Kampf gegen die Abhängigkeit – zu ihrem eigenen Wohl und dem ihres Kindes.

ZFPS-Flyer zu Alkohol und Tabak in Schwangerschaft und Stillzeit

Die ZFPS hat einen Flyer mit dem Titel «Ihrem Kind zuliebe. Alkohol- und Tabakkonsum vermeiden» konzipiert, der Informationen, Tipps und Empfehlungen in Bezug auf dieses wichtige Thema enthält sowie auf Beratungsmöglichkeiten hinweist.

Der Flyer erscheint diesen Herbst und kann schon jetzt unter info@zfps.ch bestellt werden. Im Kanton Zürich ist er kostenlos erhältlich.

Zürich, September 2020 / Das Team der ZFPS



Zürcher Fachstelle zur Prävention des Suchtmittelmissbrauchs
Schindlersteig 5, 8006 Zürich, Telefon 044 271 87 23, info@zfps.ch, www.zfps.ch