

09/2015 | 6. Oktober

## Null Promille für das ungeborene Kind

### Kein Alkohol in der Schwangerschaft

#### ■ Kurzversion:

(dge) Etwa 14 % der Schwangeren in Deutschland konsumieren gelegentlich Alkohol, exzessiv Alkohol trinken zwischen 1,2 % und 3,5 %. Damit können schwangere Frauen ihr ungeborenes Kind dauerhaft schädigen. Die betroffenen Kinder leiden oft lebenslang unter geistigen und körperlichen Entwicklungsstörungen. Auch können Fehlbildungen im Gesicht auftreten, Hirnfunktion und Verhalten beeinträchtigt, Nerven geschädigt sowie Intelligenz und Wachstum vermindert sein. Diese vielfältigen Störungen werden unter dem Begriff fetales Alkoholsyndrom zusammengefasst. 0,02 % bis 0,8 % der Neugeborenen in Europa weisen Schädigungen durch Alkoholkonsum auf. Somit zählt das fetale Alkoholsyndrom zu den häufigsten angeborenen Krankheiten. Da die Symptome beim Neugeborenen nicht immer leicht zu erkennen sind, ist mit einer hohen Dunkelziffer zu rechnen. „Alkoholkonsum während der Schwangerschaft ist eine der wenigen vollständig vermeidbaren Ursachen für schwere Entwicklungsstörungen beim Kind“, sagt Antje Gahl, Pressesprecherin der DGE.

Egal, ob Bier, Wein, Sekt oder ähnliches – Schwangere sollten sich bewusst sein, dass alkoholische Getränke das ungeborene Kind in jedem Stadium der Entwicklung schädigen können. Eine Schwellendosis für den Alkoholkonsum, ab der keine Schädigung des Kindes eintritt, lässt sich aus den vorhandenen Daten nicht ableiten. Auch in der Stillzeit sind alkoholische Getränke tabu.

1 475 Zeichen (mit Leerzeichen)

#### *Wie schädigt Alkohol das Kind?*

Der von der Mutter getrunkene Alkohol gelangt ungehindert über die Plazenta zum Kind und liegt dort in der gleichen Konzentration wie im Körper der Mutter vor. Sowohl der Alkohol selbst als auch sein Abbauprodukt Acetaldehyd wirken zellschädigend. Da die Leber des Kindes noch nicht vollständig entwickelt ist und die giftigen Substanzen nicht abbauen kann, bleibt der Alkohol länger im Körper des Kindes. Häufen sich große Mengen, können diese das Ungeborene besonders stark schädigen. Die Gefahr ist vor allem groß bei gelegentlichen Trinkexzessen, dem sogenannten Binge-Drinking. Bei chronischem Konsum verhindert Alkohol die Aufnahme von Vitaminen und Mineralstoffen im Darm der Mutter. Dies kann zu Mangelzuständen beim Kind führen. Einschränkungen des Sehvermögens, Verzögerung der Knochenreifung oder Neuralrohrdefekte kön-

Herausgeber:

Deutsche Gesellschaft  
für Ernährung e.V. (DGE)

Godesberger Allee 18  
53175 Bonn

Tel.: 0228 3776-600  
Fax: 0228 3776-800

E-Mail: [webmaster@dge.de](mailto:webmaster@dge.de)  
Internet: [www.dge.de](http://www.dge.de)

Nachdruck honorarfrei,  
Quellenangabe (DGE)  
erwünscht.

Belegexemplar erbeten.

nen die Folgen sein. Ist die toxische Störung zu groß, kommt es zu Früh- oder Totgeburten.

*Welche Schäden treten beim Kind auf?*

Alkohol wirkt auf vielfältige Weise auf den Körper des Ungeborenen – als Zellgift, als Störfaktor bei der Organbildung, als Nervengift und auch als Suchtmittel. Die frühe Gewöhnung des Kindes an die Substanz beeinflusst Botenstoffe des Gehirns und kann das Suchtrisiko nach der Geburt erhöhen. Viele Kinder mit fetalem Alkoholsyndrom entwickeln später eine Alkoholabhängigkeit.

Weitere Symptome eines fetalen Alkoholsyndroms äußern sich beim Neugeborenen in Minderwuchs und Untergewicht, kleinem Kopf und Fehlbildungen an Augen, Nase, Mund und Ohren. Auch sind Auffälligkeiten an Nieren, Herz, Extremitäten und im Skelettbereich zu beobachten. Neurotoxische Veränderungen und Hirnschädigungen treten weit häufiger auf als die körperlichen, sichtbaren Merkmale. Sie äußern sich im Bereich der Sprache, der Lernfähigkeit, der Feinmotorik, der Koordination und des Verhaltens. Da sie erst später in Erscheinung treten, werden sie nur selten mit dem Alkoholkonsum in der Schwangerschaft in Verbindung gebracht.

*Und ab und zu ein Gläschen Sekt? Können kleine Mengen Alkohol toleriert werden?*

Nein, sagt die DGE. Viele Einflüsse bestimmen die Wirkung von Alkohol in der Schwangerschaft. Neben den genetischen Faktoren der Mutter spielen auch ihr Alkoholstoffwechsel, die Alkoholdosis und das Entwicklungsstadium des Kindes eine entscheidende Rolle. Es gibt keine Alkoholzufuhrmenge, die als „sicher“ für das ungeborene Kind angesehen werden kann.

3 902 Zeichen (mit Leerzeichen)

## **Kontakt**

---

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.  
Referat Öffentlichkeitsarbeit, Isabelle Keller  
Tel.: 0228 3776-643 | Fax: 0228 3776-800 | E-Mail: [keller@dge.de](mailto:keller@dge.de)  
DGE-Presseinfos im Internet: [www.dge.de](http://www.dge.de)