**Спиртное во время беременности и грудного вскармливания.**

Врожденные дефекты у детей, вызванные употреблением матерью спиртных напитков, необратимы и неизлечимы. При этом на 100% предотвратимы.

Причина возникновения этих дефектов всего одна и представляет собой употребление алкоголя во время беременности. Во избежание всех возможных рисков женщинам во время беременности рекомендуется полностью отказаться от алкоголя.

Алкоголь легко переходит из кровотока матери в кровь ребенка, что может сказаться на развитии мозга и других жизненно важных органов, структур и физиологических систем организма малыша, что приведет к порокам развития, которые могут начаться у ребенка в раннем детстве и длиться всю жизнь. Наиболее глубокие последствия пренатального воздействия алкоголя — повреждение головного мозга и связанные с этим поведенческие и когнитивные нарушения.

Также употребление алкогольных напитков во время беременности может повлечь за собой развитие фетального алкогольного синдрома, проявляющегося в следующих симптомах:

проблемы концентрации внимания, нарушения поведения;
пороки сердца;
изменения формы лица;
слабый рост до и после рождения;
слабый мышечный тонус и проблемы двигательной активности и равновесия;
проблемы мышления и речи;
сложности при обучении и социализации.
Следует понимать, что алкоголь в организме ребенка расщепляется гораздо медленнее, чем у взрослого человека. Следовательно, уровень алкоголя в крови ребенка остается повышенным дольше, чем у матери. Это очень опасно, и может привести к серьезным последствиям. Причем проблемы со здоровьем могут проявляться на разных этапах жизни и варьируются по степени серьезности от легких до тяжелых.

Совместимость кормления и алкоголя не так хорошо исследована, специалисты отмечают, что приём алкоголя во время грудного вскармливания может стать причиной хронической интоксикации детского организма. В связи с незрелостью печени алкоголь влияет сильнее на новорожденных детей.

Безопасная порция алкоголя, не влияющая на развитие ребенка, не установлена. Именно по этой причине спиртных напитков следует избегать как на протяжении всей беременности, так и в период грудного вскармливания.