

Data: 05.08.2021

Kontakty prasowe:

Polska(PARPA)	FAR SEAS (Anglojęzyczne/hiszpańskojęzyczne)	Międzynarodowe (EUFASD)
dr Katarzyna Okulicz-Kozaryn Telefon: +48 22 250 63 01 Email: <a href="mailto:katarzyna.okulicz@parpa.pl">katarzyna.okulicz@parpa.pl</a>	Fleur Braddick Telefon: +34 680771173 Email: <a href="mailto:fleur.braddick@gmail.com">fleur.braddick@gmail.com</a>	Imię i nazwisko: Diane Black, Ph.D. Telefon: +31 6 126 202 44 Email: <a href="mailto:diane.black@eufasd.org">diane.black@eufasd.org</a>

## Wspieranie kobiet w ograniczaniu picia alkoholu w czasie ciąży

### **Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (PARPA) w ramach unijnego projektu FAR SEAS uruchamia stronę internetową, która ma pomagać kobietom ograniczyć picie alkoholu lub zachować abstynencję**

- Wśród kobiet w Europie rosną wskaźniki picia i problemów związanych z alkoholem.
- Europa ma najwyższy na świecie wskaźnik występowania Spektrum Płodowych Zaburzeń Alkoholowych (FASD) – ponad 2,5 krotnie wyższy od średniej światowej.
- W ramach finansowanego przez Komisję Europejską projektu FAR SEAS realizowany jest pilotażowy program, który ma na celu pomaganie kobietom w ograniczaniu ryzyka picia alkoholu w czasie ciąży oraz zapobieganie FASD.
- PARPA prowadzi pilotażową stronę internetową i doradztwo online, aby wspierać kobiety w ograniczaniu spożycia alkoholu.

Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (PARPA) uruchomiła nową stronę internetową ([www.dzieckobezfasd.pl](http://www.dzieckobezfasd.pl)) oferującą porady online, informacje naukowe i profesjonalne wsparcie dla kobiet pragnących ograniczyć picie alkoholu. Strona internetowa i doradztwo online (kontakt ze specjalistami) stanowią część badania pilotażowego obejmującego województwo mazowieckie, w ramach projektu FAR SEAS finansowanego przez Komisję Europejską ([www.far-seas.eu](http://www.far-seas.eu)).

Od jakiegoś czasu postępuje zacieranie się różnic w ilości alkoholu wypijanego przez kobiety i mężczyzn i wydaje się, że wynika to z picia coraz większych ilości alkoholu przez kobiety. Jest to niepokojące, ponieważ czynniki biologiczne sprawiają, że kobiety są bardziej zagrożone problemami zdrowotnymi związanymi z piciem alkoholu, nawet jeżeli piją mniej niż mężczyźni. Kobiety są bardziej narażone na uzależnienie od alkoholu i marskość wątroby. W Europie 20% śmiertelności z powodu raka piersi jest związane z alkoholem, przy czym spożywanie zaledwie jednej porcji standardowej alkoholu dziennie wiąże się ze znacznie zwiększonym ryzykiem zachorowania na raka. Tymczasem, kobiety stają się jedną z głównych grup docelowych przemysłu alkoholowego i wiele kampanii reklamowych zachęca je do picia, a nawet promuje marki produktów alkoholowych sugerując, że wzmacniają one pozycję kobiet lub wspierają ich prawa.

Picie alkoholu, zagraża zdrowiu wszystkich kobiet, w każdym wieku i na każdym etapie życia. Natomiast, jeśli ma miejsce w czasie ciąży, stanowi także poważne zagrożenie dla rozwijającego się płodu. Picie alkoholu w czasie ciąży jest główną przyczyną wad wrodzonych i zaburzeń rozwojowych dzieci w Europie. Badania pokazują, że wiele kobiet w ciąży nie zdaje sobie sprawy z ryzyka związanego z piciem, a wskaźniki konsumpcji alkoholu wśród ciężarnych wahają się od 25% w Hiszpanii do 79% w Irlandii i Wielkiej Brytanii. Do negatywnych skutków picia w ciąży należą zaburzenia fizyczne, behawioralne i poznawcze określane zbiorczo jako Spektrum Płodowych Zaburzeń Alkoholowych (FASD).

*„Trudności, z jakimi przez całe życie zmagają się dzieci i dorośli z FASD, zarówno w procesie edukacji, jak i codziennym funkcjonowaniu w społeczeństwie, oznaczają, że prenatalna ekspozycja na alkohol może stanowić „pułapkę ubóstwa” – powiedziała Diane Black, współzałożycielka i przewodnicząca Europejskiego Stowarzyszenia FASD (EUFASD). „Nie ma lekarstwa na FASD. Dlatego tak ważne jest, aby społeczeństwa wspierały kobiety w ciąży lub starające się zajść w ciążę w rozwiązywaniu problemów związanych z piciem i zmniejszyły ryzyko prenatalnej ekspozycji na alkohol”.*

Region Europejski ma najwyższy na świecie wskaźnik występowania Spektrum Płodowych Zaburzeń Alkoholowych (FASD) z ogólną częstością występowania wynoszącą 19,8 przypadków FASD na 1000, w porównaniu ze średnią globalną wynoszącą 7,7 przypadków na 1000. W Polsce częstość występowania FASD jest nawet nieco wyższa od średniej europejskiej i wynosi 20 przypadków na 1000. Specjaliści jednoznacznie wskazują, że FASD można zapobiegać powstrzymując się od picia alkoholu w czasie ciąży<sup>1</sup>.

Dr Katarzyna Okulicz-Kozaryn (PARPA) kieruje zespołem opracowującym i wdrażającym pilotażowy program FAR SEAS w Polsce. „Wiele kobiet wciąż nie zdaje sobie sprawy, że nie ma bezpiecznej ilości alkoholu wypijanego w ciąży. Co gorsza, lekarze, pielęgniarki i położne często nie czują się pewnie poruszając z kobietami w ciąży ten temat tabu i udzielając im porad w tym zakresie” – mówi Okulicz-Kozaryn. „Kobietom w ciąży trudno jest uzyskać praktyczną pomoc w ograniczeniu picia, ale jesteśmy przekonani, że to wielopoziomowe podejście, wsparcie przeszkolonych specjalistów oraz możliwość uzyskania porady za pośrednictwem strony internetowej pomoże kobietom zadbać o zdrowie ich jeszcze nienarodzonych dzieci, a tym, które mają problemy alkoholowe – ułatwi odzyskanie kontroli nad własnym życiem”.

Oprócz utworzenia nowej strony internetowej, częścią projektu pilotażowego w województwie mazowieckim jest szkolenie specjalistów z obszaru zdrowia i pomocy społecznej, którzy mają kontakt z kobietami w swojej codziennej pracy. Podczas szkolenia specjaliści poznali narzędzia i procedury prowadzenia badań przesiewowych i krótkich interwencji oraz rozwijali umiejętności prowadzenia rozmów i motywowania kobiet do ograniczania zachowań, które mogą zwiększać ryzyko picia alkoholu w czasie ciąży.



**Projekt FAR SEAS „Ograniczenie rozpowszechnienia spektrum płodowych zaburzeń alkoholowych i wymiana europejskich doświadczeń”** (Fetal Alcohol Reduction and exchange of European knowledge after SEAS – FAR SEAS – [www.far-seas.eu](http://www.far-seas.eu)) to kontrakt na usługi przyznany przez Komisję Europejską grupie instytucji kierowanej przez CLÍNIC Foundation for Biomedical Research (FCRB, Barcelona).

Podstawowym zadaniem FAR SEAS, realizowanym przez Państwową Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (PARPA) oraz Katalońską Agencję ds. Zdrowia Publicznego w Hiszpanii (Gencat), jest opracowanie, pilotaż i ewaluacja regionalnej, opartej na dowodach naukowych, dobrej praktyki, która będzie wspierać kobiety w wieku rozrodczym, zwłaszcza kobiety w ciąży, w ograniczaniu spożycia alkoholu, a w konsekwencji prowadzić do zmniejszenia ryzyka rozwoju u ich dzieci Spektrum Płodowych Zaburzeń Alkoholowych (FASD). Ponadto w ramach FAR SEAS zorganizowana zostanie seria warsztatów tematycznych z udziałem przedstawicieli europejskich państw członkowskich, mających na celu budowanie potencjału, dzielenie się wiedzą i wymianę najlepszych praktyk z obszaru polityki wobec alkoholu.

**FAR SEAS**  
FETAL ALCOHOL REDUCTION &  
EU KNOWLEDGE EXCHANGE AFTER SEAS

  
**PAŃSTWOWA AGENCJA ROZWIĄZYWANIA  
PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH**

FUNDACIÓ  
**CLÍNIC**  
BARCELONA

 Generalitat de Catalunya  
Department of Health  
**Programme on Substance Abuse**

<sup>1</sup> Kociszewska-Najman i in. (2017) Zaburzenia rozwoju płodu spowodowane spożywaniem alkoholu przez kobietę w ciąży. Karmienie piersią a alkohol. Rekomendacje dotyczące postępowania opracowane przez zespół ekspertów w dziedzinie położnictwa i ginekologii, neonatologii i perinatologii pod egidą Polskiego Towarzystwa Ginekologów i Położników oraz Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Ginekologia i Perinatologia Praktyczna 2017, tom 2, nr 4, strony 176–190.