

# Graviditet och rusmedel

Publicerad 7.4.2010.

Av könsmogna kvinnor uppger endast cirka var tionde att hon är helnykter. Det är också mer troligt att en gravid kvinna som inte ännu vet om sin graviditet har använt alkohol. Vad innebär detta för barnet som ska födas?

Alkohol är ett ämne som orsakar fosterskador i olika skeden av graviditeten. I början av graviditeten kan alkoholbruk i berusningssyfte leda till stora fosterskador, alltså livshotande missbildningar (t.ex. hjärtfel). Alkoholbruk kan också leda till små, alltså kosmetiska missbildningar såsom avvikade ansiktsdrag, öronsnibbar, fingrarnas form, osv. En långtida exponering för alkohol under graviditeten leder till en bestående tillväxtstörning så att barnet aldrig uppnår den längd som föräldrarnas arv skulle ha gett. Barnen är oftast smala och först i puberten normaliseras flickornas viktutveckling. Svårare skadade pojkar förblir smala också i vuxen ålder. Tillväxten av huvudets omkrets kan saktas ner ännu efter födseln och är ett tecken på bestående störning på hjärnvävnadens utveckling. Utsättande för alkohol orsakar olika skador av olika grad på centrala nervsystemet och varierar från lätt utvecklingsstörning till inlärningsproblem. Sett till barnets framtid är en funktionsstörning i centrala nervsystemet den mest betydande alkoholskadan. Graden på skadan beror på såväl mängden alkoholportioner som intagits, som på hur länge alkoholbruket varat under graviditeten.

Mekanismen för alkoholens skador på foster och skadornas effekt på långtidsprognosen för framtiden för de barn som fötts med skador har undersökts mycket. Det går inte att sätta en säker gräns för bruket av rusmedel, men följande råd kan ges utifrån dessa undersökningar:

1. Då du planerar en graviditet eller det finns en möjlighet att bli gravid, undvik drickande i berusningssyfte.

- fostrets organ utvecklas under graviditetens första cirka tio veckor – en tid, då du inte vet om att du är gravid. Risken för organmissbildningar hos fostret ökar märkbart om mamman har varit berusad under graviditetens inledande veckor.

2. Då du konstaterat att du är gravid, använd inte alkohol. Det har konstaterats, att risken för fosterskador ökar, om man använder alkohol i så små mängder som 1 alkoholportion (t.ex. 12 cl vin) per dag.

- det har konstaterats att alkoholanvändning med avsikt att bli berusad är speciellt farligt för fostrets utveckling – 5 flaskor öl under en dag kan skada fostret mer än om samma mängd intagits under 5 olika dagar
- det har inte kunnat påvisas att en sporadisk alkoholportion under graviditeten skulle påverka utvecklingen hos barnet som ska födas.
- om du känner att du inte lyckas minska/sluta ditt alkoholbruk, sök vård. Varje dag utan alkohol förbättrar prognosen för ditt ofödda barn. Många förlossningssjukhus vårdar gravida kvinnor med alkoholproblem, ofta i samarbete med experter på alkoholmissbruk.

## Graviditet och lugnande mediciner

Samtidig användning av lugnande mediciner (t.ex. bensodiazepiner) och alkohol kan öka risken för fosterskador. Om du försöker minska ditt alkoholbruk i och med att du planerar en graviditet eller om du har konstaterat att du är gravid, flytta inte över ditt beroende på lugnande mediciner, utan identifiera och erkänn öppet ditt rusmedelsberoende och sök hjälp från rådgivningen.

## Graviditet och droger

Riskerna med fosterskador som orsakas av droger är ofta huvudsakligen missbildningar (speciellt amfetamin), plötslig fosterdöd (speciellt heroin), samt problem som orsakas av för tidig födsel. Långvarig ihållande drogexponering under graviditeten leder till allvarliga abstinenssymptom för fostret som, om de inte behandlas, kan leda till den nyföddas död. Fostret kan behöva avvänjningsvård under flera dagar, till och med veckor. Till intravenös droganvändning hör också risken för en infektion hos mamman. Speciellt leverinfektion men också HIV kan överföras också till fostret och till barnet som föds.

## Den nyfödda och exponering för berusningsmedel under graviditeten

Det är alltid krävande att sköta ett nyfött barn som fötts efter att länge ha exponerats för berusningsmedel. Dessa barn kan ha abstinenssymptom i dagar eller veckor. Dessutom har barnen svårt att anpassa sig till en rytm – de vaknar lätt och ofta, äter dåligt och tätt och är ofta svåra att lugna ner. Det är viktigt att ett sånt barn inte skrivs ut för tidigt, då mamman snabbt blir utmattad. Man måste förstå, att om mamman inte har fått vård för sitt missbruk kommer hon inte klara av att ensam sköta barnet hemma – det finns en uppenbar risk att barnens vård försummas. För att detta inte ska hända är det mycket viktigt att mamman som ska föda vågar erkänna situationen. På så sätt kan man skapa ett individuellt planerat stödnätverk för henne redan innan barnet och mamman skrivs ut från förlossningssjukhuset.

## Rädsla och skuld

Många mammor oroar sig för sitt rusmedelsbruk under tiden då de inte ännu visste att de var gravida. Också en mycket liten alkoholanvändning under graviditetstiden kan orsaka rädsla och skuld känslor. Det lönar sig inte att ensam fundera över dessa saker. Tänk igenom din situation i ljuset av den här artikeln och Droglänkens [artikel om graviditet](#).

Dela din oro med någon. Du kan prata om det också vid rådgivningen och till ditt förfogande står även rådgivningens/hälsovårdscentralens psykolog. Onödig skuld och rädsla minskar din förmåga att glädja dig över din graviditet och kan ha en skadlig inverkan på de positiva föreställningarna om det barn som utvecklas för födseln. Det lönar sig inte att förstöra den här unika tiden i ditt liv med onödiga rädslor. Det är viktigt att var och en som vill bli förälder redan innan graviditeten funderar på vad som är bäst för sina ofödda barn, så att det i framtiden är lättare att leva också med det förgångna.

### Ilona Autti-Rämö

Specialläkare i barnneurologi,  
forskningsprofessor

link

Källa till webbadress: <https://paihdelinkki.fi/sv/databank/informationssnuttar/missbruk-i-sarskilda-grupper/graviditet-och-rusmedel>