

Das Foto hinter dieser Sprechblase ist geschützt und darf nicht auf meiner Homepage erscheinen.

Null Promille

Kaum jemand weiß, dass auch kleine Mengen Alkohol während der Schwangerschaft dem Baby schaden können. In Deutschland sind rund 10.000 Kinder jährlich betroffen.

Text: Ursula Katthöfer

B

Babyalarm! Ein guter Anlass, die Sektkorken knallen zu lassen, oder? Als Markus Birkhölzer von der Schwangerschaft seiner Frau Anna erfuhr, machte er das Gegenteil: Der Fanbeauftragte des Fußball-Viertligisten Bonner SC erklärte Alkohol zum Tabu – zumindest in Gegenwart seiner Frau. „Ständig wird uns Alkohol angeboten. Bei jeder Einladung zum Essen gehört er wie selbstverständlich dazu. Doch

Bier oder Wein zu trinken, während Anna bei Wasser blieb – das ging gar nicht.“ Für Anna Birkhölzer war ihr abstinenter Mann eine große Unterstützung: „Gerade die ältere Generation meint, Alkohol schade nicht und sei sogar gut für den Kreislauf der Schwangeren. Gemeinsam abzulehnen – und sei es der Eierlikör auf Eis – tat sehr gut.“ Alkohol kann tatsächlich fatale Folgen für das Ungeborene haben. Experten schätzen, dass in Deutschland jährlich rund 10.000 Babys mit alkoholbedingten Schäden zur Welt kommen. Etwa 2.000 davon leiden am Fetalen Alkoholsyndrom (FAS). Genaue Zahlen gibt es nicht, weil die Beeinträchtigungen oft nicht richtig diagnostiziert, sondern auf andere Ursachen zurückgeführt werden.

Es gilt die 0,0-Promille-Grenze.

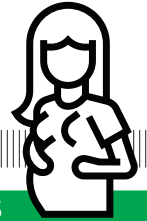
Alkohol ist ein Gift, das Nerven und Körperzellen angreift. Für das ungeborene Kind ist es besonders schädlich. „Der kleine Mensch wird nie wieder so schnell wachsen wie im Bauch seiner Mutter“, erläutert Prof. Jörg Dötsch, Direktor der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin an der Uniklinik Köln und Zweitmeinungsexperte der AOK Rheinland/Hamburg. „Zellen vermehren sich durch Zellteilung. Werden sie in dieser wichtigen Wachstumsphase durch den giftigen Alkohol geschädigt, vermehrt sich auch der Schaden. Er ist nie wiedergutzumachen.“

Für FAS-Kinder hat das geistige und körperliche Folgen, mit denen sie ihr Leben lang zu kämpfen haben. Diese Folgen machen sich von Kind zu Kind unterschiedlich bemerkbar – je nachdem, in welcher Schwangerschaftsphase Alkohol getrunken wurde. Als Neugeborene sind diese Kinder oft übererregbar, später überaktiv und manchmal

weniger intelligent. Sie schlafen schlechter und neigen zu Gefühlsausbrüchen. Manche werden aggressiv und lieben das Risiko. Häufig sind FAS-Kinder entwicklungsverzögert und kommen in der Schule nicht gut mit. Da das Gift das Wachstum der Zellen während der Schwangerschaft beeinträchtigt hat, bleiben sie oft ihr ganzes Leben lang klein. Der Kinderarzt sieht ihnen das FAS an: „Die Kinder haben sichtbare Veränderungen, die sich vor allem im Gesicht zeigen. Typische Zeichen sind die verstrichene Rinne zwischen Nase und Oberlippe sowie eine schmale Oberlippe“, sagt Dötsch. Auch ein zu kleiner Kopf oder Herzfehler können Folgen sein.

Die Gefahr wird unterschätzt.

Da der größte Wunsch werdender Eltern ein gesundes Baby ist, raten seriöse Mediziner ausnahmslos dazu, während der Schwangerschaft auf Alkohol zu verzichten. Doch das ist gar nicht so einfach. „In unserer Gesellschaft gibt es immer noch den Irrglauben, Alkohol in Maßen sei harmlos“, sagt Dötsch. „Seine Gefahr wird unterschätzt.“ Der Experte rät, den Alkoholverzicht zu einer Aufgabe für beide Eltern zu machen: „Männer gehen mit zum Geburtsvorbereitungs-



AOK-CLARIMEDIS

Bei Fragen rund um das Thema „Gesund durch die Schwangerschaft“ können Sie sich an die Fachärzte bei AOK-Clarimedis wenden. Sie sind täglich erreichbar unter dieser Nummer:

☎ 0800 1 265 265 (kostenfrei)

kurs, begleiten ihre Frauen in den Kreißaal und nehmen Elternzeit. Dann können sie auch gemeinsam mit ihrer Frau auf Alkohol verzichten, sobald sie sich ein Kind wünschen.“

So wie Anna und Markus Birkhölzer, die während der Schwangerschaft nicht einen Schluck Alkohol getrunken haben. Ihre Zwillinge Lukas und Marie kamen im Oktober 2018 gesund zur Welt. „Wäre es anders gekommen, würde ich mir heute Vorwürfe machen“, sagt die Mutter. „Als Schwangere habe ich vieles nicht in der Hand. Eine genetisch bedingte Behinderung kann ich nicht beeinflussen. Doch ob ich Alkohol trinke oder nicht, entscheide ich selbst.“ ■



Ein Mann sollte gemeinsam mit seiner Frau auf Alkohol verzichten, sobald beide sich ein Kind wünschen.



Prof. Jörg Dötsch