



## Контакт



### ВИГВАМ ЗЕРО

Профилактика • Информация • Консультация •  
во время беременности без алкоголя

#### В районе «Митте»:

Stromstraße 47    
10551 Berlin

#### В районе «Марцан-Хеллерсдорф»:

Allee der Kosmonauten 47    
12681 Berlin

#### Звоните нам:

Телефон для консультаций: 030/ 224451-414  
консультации на русском языке по телефону:  
030/ 290278-181

#### Пишите нам по адресу:

wigwam-zero@vistaberlin.de

#### Читайте информацию на нашем сайте:

www.wigwamzero.de

**vista**

Объединение для интегративной социальной и терапевтической работы

#### Головной офис:

Donaustraße 83 | 12043 Berlin | Tel. 030/ 400370-100 | www.vistaberlin.de

При поддержке Берлинского Сената по вопросам  
здравоохранения, окружающей среды и защиты потребителей,  
а также больницы кассы «АОК Нордост»

Информацию по профилактике зависимости читайте  
на сайте: www.berlin-suchtprevention.de



Stand: Oktober 2014

# Без алкоголя. Без риска.

**Употребление алкоголя во время беременности  
вредит Вашему ребёнку.  
Скажите НЕТ алкоголю.**

Уже с самого начала беременности  
Вы многое можете сделать для себя  
и для здоровья ребёнка.  
Теперь отказ от алкоголя особенно важен,  
потому что это обеспечит здоровый старт  
в жизнь Вашему малышу.

## »» Что может случиться, если Вы употребляете алкогольные напитки во время беременности?

- Алкоголь непосредственно попадает в систему кровообращения ещё неродившегося малыша.
- Алкоголь значительно дольше оказывает воздействие на ребёнка, чем на употреблявшую алкоголь мать.
- Алкоголь сказывается на росте и развитии органов плода. Потребление алкоголя прежде всего влияет на развитие весьма уязвимого органа – головного мозга.

## »» Что это такое – алкогольный синдром плода?

К алкогольному синдрому плода относятся отклонения в физическом и психическом развитии ребёнка, вызванные употреблением алкоголя во время беременности.

## »» Кто находится под риском?

Риск рождения ребёнка с алкогольным синдромом может быть не только у зависимых от алкоголя женщин. Любая форма употребления алкоголя, будь то регулярное или «редкое», представляет риск для Вашего ещё неродившегося малыша. При этом не имеет значения вид напитка – негативное воздействие на плод оказывает и пиво, и вино, и другие алкоголесодержащие напитки!

## »» Что Вы можете предпринять?

Самое лучшее для ребёнка – это полностью отказаться от употребления алкоголя во время беременности. Самостоятельно выйти из алкогольной зависимости, не прибегая к профессиональной помощи, часто бывает очень сложно. Начало беременности является хорошим поводом, чтобы задуматься о проблемах, связанных с употреблением алкоголя.

Программа «ВИГВАМ ЗЕРО» предлагает Вам бесплатную компетентную поддержку без лишней бюрократии. Консультация по телефону или личная встреча с нами могут проводиться в условиях анонимности!

## »» Звоните нам,

- если Вы часто не в состоянии противостоять желанию употребить алкоголь;
- если Вы употребляете алкоголь больше или чаще, чем хотите;
- если у Вас есть вопросы о взаимосвязи алкоголя и беременности.

Краткая консультация или интенсивное сопровождение – мы ориентируемся на Ваши индивидуальные потребности.

Дополнение: полезным собеседником, к которому стоит обращаться, могут также быть врач, акушерка, сотрудники консультационного пункта по вопросам беременности или по проблемам зависимости.

