



Kontakt

WIGWAM ZERO

Prävention • Information • Beratung
Für eine Schwangerschaft ohne Alkohol

Standort Mitte

Stromstr. 47
10551 Berlin

Standort Marzahn - Hellersdorf

Allee der Kosmonauten 47
12681 Berlin

Rufen Sie uns an:

Beratungstelefon 030/ 224451-444
Beratung in russischer Sprache 030/ 2902781-81

Schreiben Sie uns:

wigwam-zero@vistaberlin.de

Informieren Sie sich im Internet

www.wigwamzero.de

vista

Verbund für integrative soziale und therapeutische Arbeit gGmbH

Geschäftsstelle und zentrale Verwaltung

Alte Jakobstraße 85/86 | 10179 Berlin | Tel. 030/ 200899-0 | www.vistaberlin.de

Gefördert von der Senatsverwaltung für
Gesundheit, Umwelt und Verbraucherschutz
und der AOK Nordost – Die Gesundheitskasse

Informationen zur Suchtprävention
unter www.berlin-suchtpraevention.de



Stand: März 2013

Null Alkohol. Null Risiko.

**Alkohol in der Schwangerschaft
kann Ihr Kind schädigen.
Sagen Sie jetzt NEIN zum Alkohol.**

Bereits ab dem ersten Tag Ihrer Schwangerschaft können Sie viel für sich und die Gesundheit Ihres Kindes tun.

Der Umgang mit Alkohol in einer Schwangerschaft ist jetzt ein sensibles Thema, denn ein gesunder Start ins Leben ist wichtig für Ihr Baby.

» Was kann passieren, wenn Sie in der Schwangerschaft Alkohol trinken?

- Der Alkohol gelangt direkt in den Blutkreislauf Ihres ungeborenen Kindes.
- Ihr Baby kann den Alkohol noch nicht abbauen. Es bleibt länger alkoholisiert als Sie.
- Der Alkohol wirkt auf das Wachstum des Kindes und die Entwicklung der Organe. Vor allem die Entwicklung des empfindlichen Gehirns wird durch Alkoholkonsum beeinflusst.

» Was sind Fetale Alkoholschädigungen?

Fetale Alkoholschädigungen umfassen die Vielzahl von Behinderungen und gesundheitlichen Schädigungen des Babys, die durch Alkoholkonsum während der Schwangerschaft verursacht werden können.

» Wer ist gefährdet?

Nicht nur alkoholabhängige Frauen können Kinder mit fetalen Alkoholschädigungen zur Welt bringen. **Jede Form des Alkoholkonsums, ob gelegentlich oder regelmäßig, ist ein Risiko für Ihr ungeborenes Kind.** Dabei unterscheiden sich Bier, Wein oder Hochprozentiges in der Wirkung auf Ihr Baby nicht.

» Was können Sie jetzt tun?

Der sicherste Weg für Ihr Baby ist, auf Alkohol in der Schwangerschaft ganz zu verzichten.

Manchmal ist es nicht möglich, ohne Hilfe den Alkoholkonsum in der Schwangerschaft einzustellen. **Der Beginn einer Schwangerschaft ist jedoch ein guter Zeitpunkt, über Alkoholkonsum zu reden.**

Wigwam zero bietet Ihnen eine vorurteilsfreie Unterstützung. Lassen Sie sich telefonisch beraten oder vereinbaren Sie ein persönliches Gespräch mit uns, gern auch anonym.

» Rufen Sie uns an

- wenn Sie öfter dem Drang, Alkohol zu konsumieren, nicht widerstehen können
- wenn Sie im Moment mehr trinken als Sie eigentlich wollen
- wenn Sie sich fragen, ob Ihr Alkoholkonsum dem Kind schadet

Kurze Beratung oder intensive Begleitung:
Wir stellen uns auf Ihren individuellen Bedarf ein.

Ein Hinweis: Auch Ihr Arzt oder Ihre Ärztin, die Mitarbeiter/innen einer Schwangeren- oder Alkohol- und Suchtberatung oder Ihre Hebamme können wichtige Ansprechpartner/innen für Sie sein.

