

飲酒前に考えてください



アルコールを飲んで
はいけません...
飲めば、おなかの赤ちゃん
も飲むことになります。

妊娠中の飲酒はおなかの赤ちゃんに
有害なことがあります。

アルコールは赤ちゃんの脳や
心臓、腎臓などの臓器に損傷を与えます。

アルコール飲料と妊娠は相容れません

FASD

胎児性アルコール・スペクトラム障害

FASD (胎児性アルコール・スペクトラム障害)は、妊娠中の飲酒により引き起こされます。アルコールは胎盤を経由して成長中の胎児に及びます。FASD は、予防可能な成長障害の主要因です。FASD を伴って生まれた赤ちゃんは、学習困難、行動問題あるいは発達障害を経験します。妊娠中どんなときでもどんな種類の酒でも、飲めばFASD を引き起こしかねません。FASD には治療はありません。それは生涯続きます。FASD は 100% 予防可能です。

FASD は以下のように予防することが可能です。

- 妊娠中またはその可能性があれば、禁酒します。禁酒に助けが必要であれば、医師/看護師に相談します。
- 妊娠を計画しているなら、今から禁酒します。
- 飲酒し活発な性生活を送っているなら、避妊具を使用します。
- 過度の飲酒 (短時間に数種類の酒を飲む)は危険であり、やめるべきです。妊娠中は特にそうです。

FASD に関する詳細情報あるいは健康な新生児の誕生には、以下にお問い合わせください：

ニュージャージー ファミリーヘルスライン
1-800-328-3838

www.AlcoholFreePregnancyNJ.com

発達障害
予防に関する
知事評議会



胎児性アルコール・スペクトラム障害ニュージャージー州
タスクフォース