Los die sopies as jy vermoed jy kan swanger raak

NIELEN DE KLERK
@nielendk

Selfs daardie klein bietjie alkohol wat jy gedrink het voordat jy besef het jy is swanger, kan lewenslange skadelike gevolge vir jou baba hê.

Boonop onderskei Fetale Alkoholsindroom (FAS) nie tussen klas of ras nie. Dit kan enigeen tref. "Daar is steeds die wanopvatting dat 'n vrou 'n alkoholis of 'n baie gereelde alkoholverbruiker moet wees om 'n kind met fetale alkoholsindroom te hê," sê Leana Olivier, uitvoerende hoof van die Stigting vir Alkoholverwante Navorsing (FARR) wat in Bellville gebaseer is.

In Suid-Afrika is hierdie wanopvatting katastrofies, veral as in ag geneem word dat 78% van swangerskappe onbepland is.

Dikwels besef die vrou vir die eerste paar weke nie sy is swanger nie, en hou net aan om alkohol te gebruik soos voorheen.

In hierdie eerste paar weke word 'n baba se organe egter gevorm. Hoewel baie vroue ophou drink wanneer hulle uitvind hulle is swanger, is dit dan te laat. Hulle het onbewustelik reeds skade aangerig.

Olivier sê dit is onwaar dat 'n vrou 'n glas wyn of twee tydens swangerskap kan drink of ná die eerste trimester weer alkohol kan begin gebruik. Hierdie verkeerde feite dra dalk daartoe by dat Suid-Afrika die wêreld se hoogste voorkoms van FAS het, 14 keer meer as in ander lande. Dit is tussen 30 en 50 keer meer algemeen as Down-sindroom.

Die antwoord en redes vir die FAS-probleem is kompleks. Suid-Afrika se drankkultuur is 'n groot vyand, omdat baie drinkers nie weet hoe om te ontspan sonder drank nie. Boonop is baie geneig om hul oor te gee aan *binge drinking*. Dit gebeur wanneer 'n persoon vyf of meer drankies in 'n periode van twee tot drie uur drink.

Vroue se wanpersepsie oor die gebruik van alkohol tydens daardie eerste paar weke van swangerskap, lei daartoe dat baie nie eens weet hulle kind het een van die spektrum van fetale alkohol-afwykings (waarvan FAS net een is) nie. Hoewel baie glo 'n mens kan dadelik 'n persoon met FAS uitken, verklap sowat 70% van mense met FAS se gelaatstrekke dit nie.

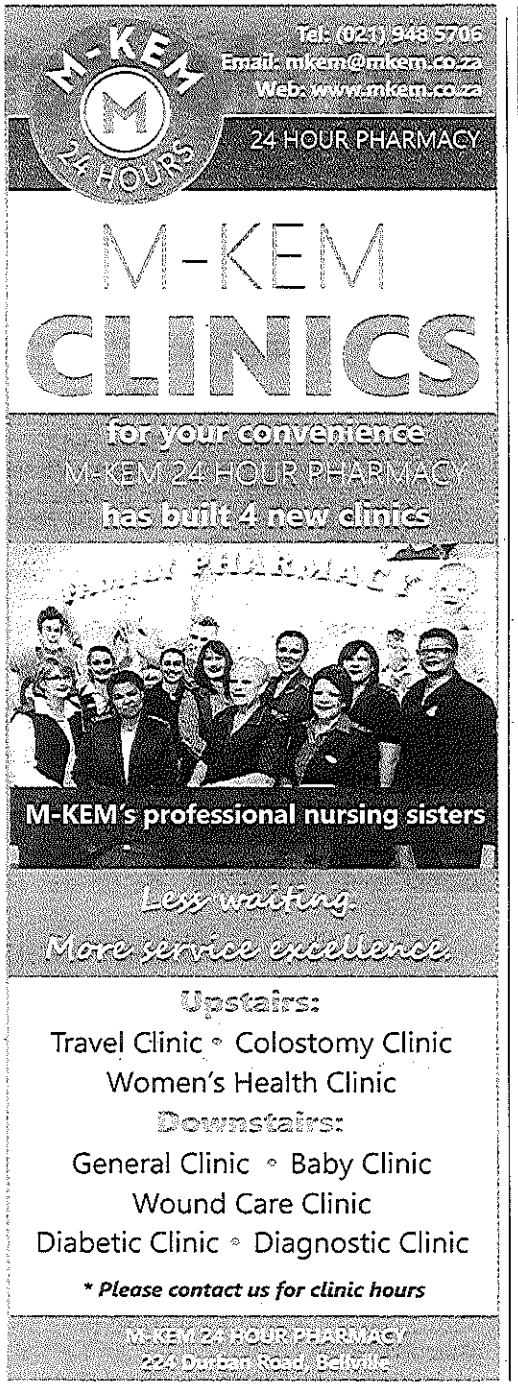
FAS word inderwaarheid verskuil in ander diagnoses soos aandagafleibaarheid.

"Dit is nie 'n maklike diagnose nie," vertel Olivier. Dit behels onder meer 'n mediese ondersoek, sielkundige toetse en 'n indiepte-onderhoud met die ma.

Dit is vir baie ma's ysingwekkende en verpletterende nuus om te hoor.

Die span by FARR glo egter daaraan om vorentoe toe te beweeg en ondersteun families deur 'n verskeidenheid maniere en groepe.

Olivier sê daar lê nog 'n bitter lang stryd teen FAS voor.

"Die feit is Suid-Afrikaners drink al hoe meer."

Vertel TygerBurger wat jy van hierdie berig dink by briewe@tygerburger.co.za.