

## Vaisiaus alkoholinis sindromas – visų mūsų atsakomybė

Kasmet rugsėjo 9 d. 9 val. 9 min. yra minima Tarptautinė Vaisiaus alkoholinio sindromo (toliau – VAS) diena. Data simbolizuoja 9 laukimo mėnesius – tiek trunka nėštumas. Didžiausias dėmesys kreipiamas į tai, kad būsimo vaiko sveikata yra ne tik moters, bet ir mūsų visų atsakomybė. Jau 3 mėnesius iki planuojamo pastojimo būsimieji tėvai turėtų susilaikyti nuo alkoholio vartojimo. Pavojingiausias kūdikio raidai laikas yra nuo 3 iki 10 savaitės po pastojimo. VAS – pati sunkiausia nėštumo metu dėl alkoholio vartojimo įvykusio kūdikio smegenų pažeidimo ir visą gyvenimą besitęsiančių mokymosi sunkumų priežastis.

Šiomet, kad ir pavėluotai, Tarptautinė Vaisiaus alkoholinio sindromo buvo paminėta Panevėžio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro organizuotame seminare „Vaisiaus alkoholinis sindromas (VAS) ne tik moters, bet ir mūsų visų atsakomybė“. Pranešimus skaitė Prof. (HP) dr. Algirdas Utkus (Vilniaus universiteto (VU) Medicinos fakulteto dekanas, Lietuvos žmogaus genetikos draugijos pirmininkas), Prof. Sigita Lesinskienė (Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Klinikinės medicinos instituto Psichiatrijos klinikos vadovė) ir Dovilė Kielaitė (Vilniaus universiteto Medicinos fakultetas). Renginį moderavo Aurelija Čepulytė (Valstybinio psichikos sveikatos centro Priklausomybių prevencijos skyriaus vedėja).

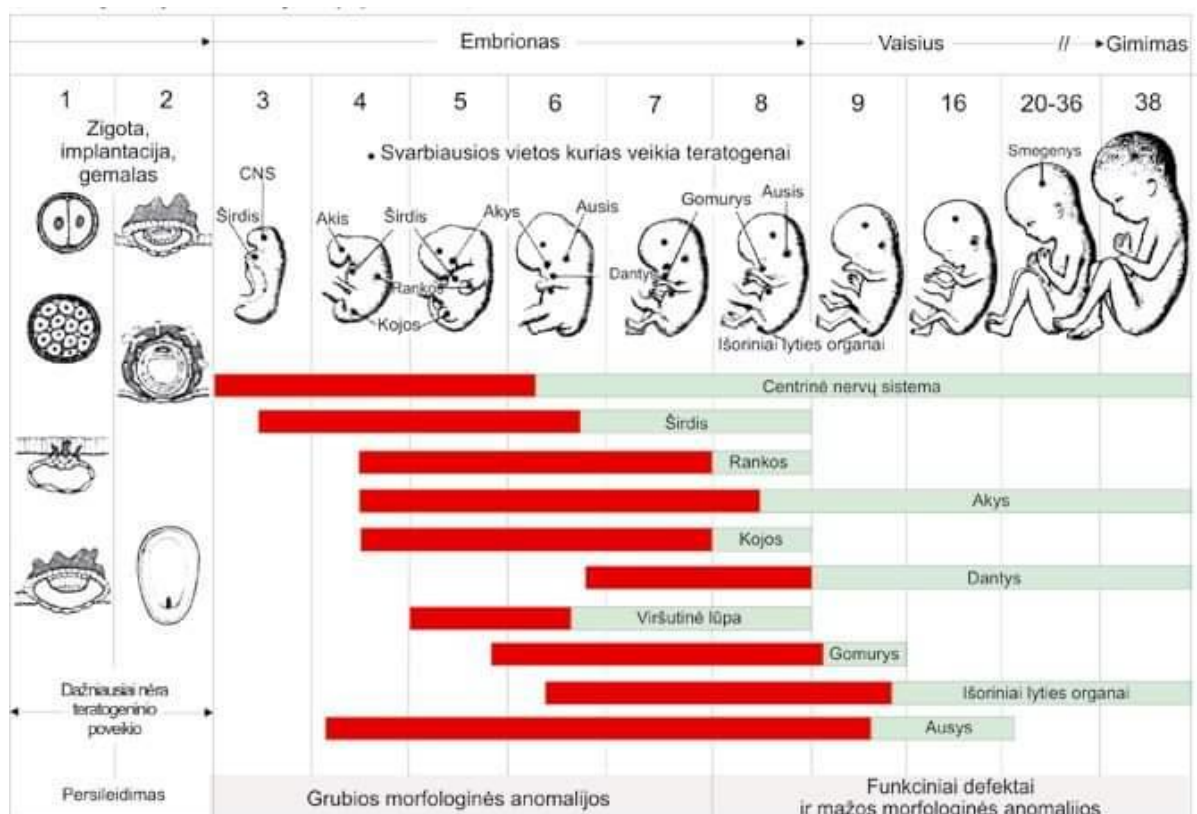
Prof. (HP) dr. Algirdas Utkus pabrėžė, kad ne tik būsimai mamai ar jau besilaukiančiai moteriai, bet ir visai visuomenei būtina žinoti, kad nėra saugios jokios, net ir mažiausios, alkoholio dozės. Kiekvienas kūdikis turi teisę gimi sveikas. Žvelgiant į istoriją - alkoholis yra vartojamas seniai ir dar antikos laikais nuo įvairių negalavimų kaip vaistas nuo peršalimo, choleros bei buvo rekomenduojams moterims nuo pykinimo ir kaip atsipalaidavimo priemonė. Tačiau jau tada Aristotelis (384 – 322 m. pr. m. e.) įspėjo, kad „girtos, kvailos ir lengvabūdės moterys gimdo vaikus niūrius ir išglebusius“. Biblijoje taip pat galim rasti patarimų moterims nevartoti alkoholio nėštumo metu (Teisėjų knyga Ts.13.3-4). XVIII – XIX amžiuose gydytojai aprašė alkoholį vartojusių moterų nėštumo metu kūdikių sveikatos sutrikimus, kurie buvo įvardinti kaip VAS.

Surinkti tikslius duomenis kiek moterų nėštumo metu vartoja alkoholio yra sudėtinga, nes tai yra slepiama, pagrąžinama. O išmatuoti alkoholio vartojimo rodiklius organizme naudojant alkoholio biožymenis nėra patikima ir tikslu, nes juos gali iškreipti kiti veiksniai, o ne vien alkoholis. 2017 m. VU mokslininkų grupė įgyvendino vienerius metus trukusį projektą alkoholio vartojimo paplitimo nėštumo metu (ALKOMET LT), kurio metu neidentifikuojant moterų, anonimiškuose jų kūdikių sauso kraujo mėginiuose buvo matuojama fosfatidiletanolio (PEth) koncentracija. PEth susidaro eritrocitų (raudonųjų kraujo kūnelių)

membranose, jei yra vartojamas alkoholis. Kaip žinoma, alkoholis, išgertas moters nėštumo metu, kraujagyslėmis patenka į embriono, vaisiaus kraujotaką, laisvai praeina placentą, todėl vaisių veikia dvigubas alkoholio kiekis, nes jis nuolat geria vaisiaus vandenį. PEth koncentracijos padidėjimas naujagimio kraujyje rodo nėščiosios alkoholio vartojimo istoriją, nes jį galima aptikti tiek praėjus 3-4 savaitėms po nesaikingo alkoholio vartojimo (virš 6 standartinių alkoholio vienetų), tiek po pastovaus ir ilgalaikio „saugaus“ (iki 2 standartinių alkoholio vienetų) vartojimo. *Standartinis alkoholio vienetas – tai 10 gramų gryno alkoholio ir atitinka 100 ml vyno, 200 ml alaus, 25 ml stipraus gėrimo.*

Atlikus tyrimus paaiškėjo, kad 3 proc. moterų vartojo alkoholį paskutinėmis nėštumo savaitėmis, o 0,15 proc. moterų jį vartojo dideliais kiekiais.

Alkoholis yra tikrasis teratogenas, lemiantis embriono arba vaisiaus raidos sutrikimus ir jis veikia visus žinduolius - tiek žmones, tiek gyvūnus. Neigiamas alkoholio poveikis vaisiui nėra vienodas ir priklauso nuo įvairių veiksnių: nėštumo laiko, raidos stadijos, išgeriamo jo kiekio, jo vartojimo intensyvumo, nuo genotipo ir kt.. Alkoholis gali sukelti mažesnius ar labai ryškius vaisiaus raidos sutrikimus, vadinamus vaisiaus alkoholinio spektro sutrikimais (VASS): dalinis vaisiaus alkoholinis sindromas, alkoholio vartojimo nulemtas raidos sutrikimas, alkoholio vartojimo nulemti neurologiniai sutrikimai, alkoholio vartojimo nulemti elgesio sutrikimai. VAS yra sunkiausias iš jų. Apačioje yra 1 paveikslėlis, kuris parodo žmogaus embriono kritinių periodų raidą (raudona spalva), kurio metu vartojant alkoholį, yra labiausiai



paveikiami organizmų sistemos ir organai.

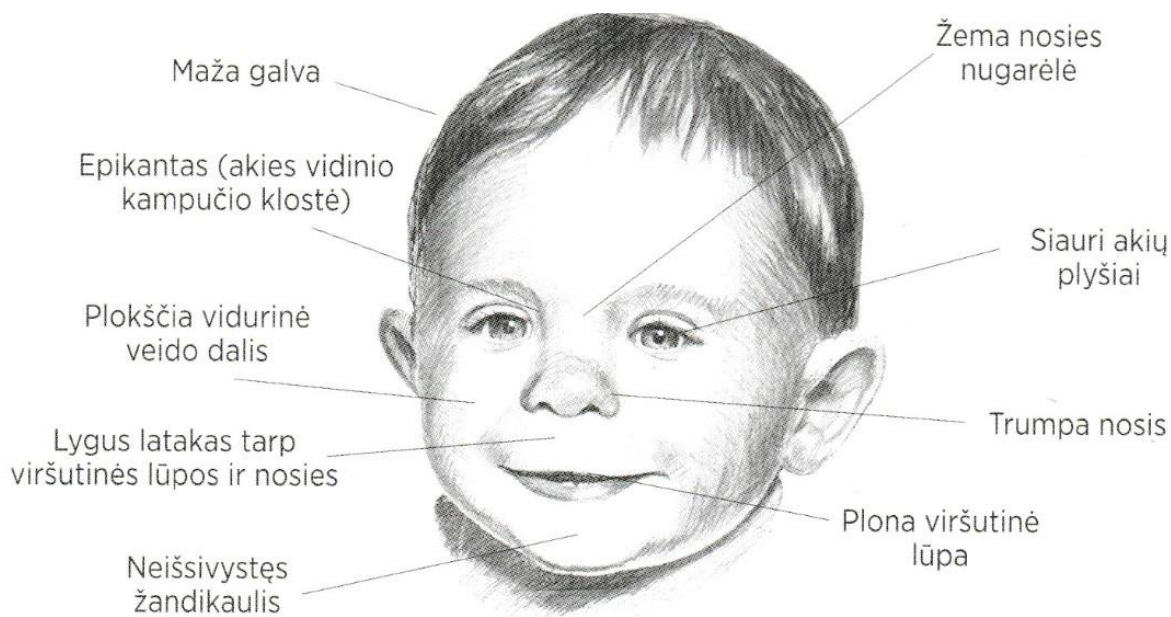
1 pav. Žmogaus embriono ir kritinių raidos periodų schema.

Būsimasis kūdikis alkoholio ir jo skilimo produktų poveikiui jautriausias tada, kai formuojasi jo organai – 3 - 10 nėštumo savaitę.

VAS būdingi pažeidimai skirstomi į tris pagrindines grupes:

- Augimo atsilikimas ir motinos iščiose, ir po gimimo.
- Centrinės nervų sistemos pažeidimai. Dažniausiai sutrikdomas neurologinė raida: vaiko elgesio ir emocijos problemos, nustatoma intelektinė negalia.
- Specifiniai veido bruožai: plona siaura lūpa, sutrumpėję akių plyšiai, papildoma odos klostė akių vidiniuose kampuose, įdubusi nosies nugarėlė, suplokštėjęs vadinamasis filtras t. y. atstumas tarp nosies apačios ir viršutinės lūpos.

Be visų šitų pažeidimų yra dar ir įvairių vidaus organų defektų. Jei alkoholis vartojamas I nėštumo trimestrą, vaikui būdingi specifiniai veido bruožai, vėlesnėmis nėštumo savaitėmis (II – III nėštumo trimestrą) išoriškai pamatyti sutrikimus yra sudėtinga. Apačioje matote 2 paveikslėlį su specifiniais VAS vaiko veido bruožais.



2 pav. Vaisiaus alkoholinio sindromui būdingi veido bruožai.

Nėra saugios alkoholio dozės nėštumo metu. Nulis alkoholio – nulis rizikos. Dažnai VASS yra nepastebimi. Sergantys asmenys išoriškai gali atrodyti sveiki, tačiau kasdienėse veiklose ar situacijose patirti sunkumų, negebėti mokytis, nesuprasti subtilaus pasekmės ir priežasties ryšio, negebėti mokytis iš klaidų, turėti elgesio ar emocijų sutrikimus, patirti psichologinių sunkumų kasdienėje veikloje ir pan. Šių asmenų pasaulio suvokimas kiek skiriasi

nuo įprastai besivystančių žmonių pasaulėžiūros ir jiems reikia visokeriopos pagalbos tokios, kaip siekiant geriau suvokti ir vertinti tarpasmeninį bendravimą, taisykles, savo bei aplinkinių jausmus bei atliekant užduotis. Dažnai šie žmonės ne nenori, bet negali atlikti tam tikrų veiklų. Jų amžius neatitinka jų emocinės brandos, kuri vystosi kiek lėčiau. Todėl negalima ignoruoti, izoliuoti ar palikti likimo valiai tų, kuriuos alkoholis pažeidė nėštumo laikotarpiu. Jie nekalti dėl to, kad tokie gimė dėl savo tėvų neatsakingumo. Pagrindinė pagalba VAS vaikams yra lavinimas ir mokymas. Kuo daugiau bendraujamas, kuo anksčiau pradama su jais dirbti, tuo geresni rezultatai, nes smegenys – plastiškas organas. Lavinami ir mokinami vaikai užaugę gali sėkmingai realizuoti savo gebėjimus ir tapti visaverčiais visuomenės nariais.

### **VAS YRA 100 % IŠVENGIAMAS!**

Vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros specialistė Deimantė Kirvelienė

Naudotos literatūros ir paveikslėlių sąrašas:

1. Panevėžio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro seminaras „Vaisiaus alkoholinis sindromas (VAS) ne tik moters, bet ir mūsų visų atsakomybė“ (2021).
2. Dovilė Kielaitė, VU Medicinos fakultetas. Rugsėjo 9 –oji Tarptautinė Vaisiaus alkoholinio sindromo diena (2021).
3. Ugnė Milašiūtė, „Vaikų turinčių alkoholinį vaisiaus sindromą, raidos pokyčiai, augant kūdikių namuose“ (2017), LSMU (magistrinis darbas).
4. <https://ntakd.lrv.lt/uploads/ntakd/documents/files/Naujienos/Renginiai/2016/3.pdf>
5. Olga Kalinauskienė, Arūnas Liubšys, Vaikų ligoninė VU Santariškių klinikų filialas Vaisiaus alkoholinis sindromas. <https://sm-hs.eu/wp-content/uploads/2019/02/390-1442-1-PB.pdf>