

**INFORMACIJA VISUOMENEI**

iš metodikos

# **ALKOHOLIS, RŪKYMAS IR NARKOTIKAI NĖŠTUMO METU**

- Alkoholis nėštumo laikotarpiu
- Rūkymas nėštumo laikotarpiu
- Narkotikai nėštumo laikotarpiu



**.L.A.G.D.**

**LIETUVOS AKUŠERIŲ  
GINEKOLOGŲ DRAUGIJA**

**2019 07 13**

# ALKOHOLIS NĖŠTUMO LAIKOTARPIU

## Kaip alkoholis veikia nėštumo laikotarpiu?

Nėštumo laikotarpiu vartojamas alkoholis pereina per placentą iš motinos į vaisiaus kraują ir ilgainiui gali sutrikdyti normalų vaisiaus vystymąsi gimdoje.

Alkoholis labiausiai pažeidžia vaisių, jei moteris jį vartoja prieš pat nėštumą ir jo metu. Sumažinus arba nutraukus alkoholio vartojimą bet kuriuo nėštumo laikotarpiu, neigiamas alkoholio veikimas vaisiui nutrūksta, tačiau jei alkoholio žala vaisiui jau yra padaryta, poveikis išlieka.

## Kada geriausiai būtų nutraukti alkoholio vartojimą: planuojant nėštumą ar jo metu?

Geriau būtų atsisakyti alkoholio ar sumažinti vartojimą planuojant nėštumą.

## Kaip alkoholis matuojamas?

Alkoholis yra matuojamas vienetais.

Standartinio dydžio alkoholinių (1 SAV) gėrimų pavyzdžiai

Eil. Nr.	Gėrimas	Kiekis
1.	Spiritinis gėrimas (40 proc.)	25 ml
2.	Vynas (12,5 tūrio proc.)	125 ml
3.	Alkoholinis kokteilis	275 ml
4.	Alus (5 proc.)	250 ml

## Koks alkoholio kiekis nėštumo laikotarpiu yra saugus?

Saugaus alkoholio kiekio, vartojamo nėštumo laikotarpiu, nėra. Alkoholio įtakos kūdikiui nėra, jei moteris visai negeria bandydama pastoti ar nėštumo laikotarpiu.

Jei alkoholį vis tik nusprendėte vartoti, turėtumėte išgerti ne daugiau kaip vieną ar du vienetus alkoholio vieno gėrimo metu ir ne dažniau kaip vieną ar du kartus per savaitę.

## Kas atsitiks, jei aš gersiu daugiau, nei rekomenduojama?

Jeigu nėštumo laikotarpiu alkoholio vartojate daugiau nei du vienetus ir dažniau nei du kartus per savaitę, padidėja rizika:

- persileidimo;
- vaisiaus žuvimo;
- sutrikusio augimo ir vystymosi gimdoje (ypač smegenų);
- priešlaikinio gimdymo;
- per mažo vaisiaus svorio (kuo daugiau moteris geria, tuo mažiau svorio priauga vaisius);
- vaiko fizinės negalios;
- vaiko mokymosi sunkumų mokykloje;
- dažnesnio vaiko sirgimo.

Jeigu moteris nėštumo laikotarpiu vartoja didelius kiekius alkoholio, naujagimis gali gimti turėdamas įgimtą vaisiaus alkoholinį sindromą.

# ALKOHOLIS NĖŠTUMO LAIKOTARPIU

## Kas yra vaisiaus alkoholinis sindromas?

Vaisiaus alkoholinis sindromas – tai būklė, kuri sukelia vaisiaus smegenų pažeidimus ir augimo sutrikimą. Naujagimiai su vaisiaus alkoholiniu sindromu būna mažesnio svorio, mažesnėmis galvomis ir labai neramūs, palyginti su sveikais naujagimiais. Augdami tokie vaikai turi elgesio sutrikimų, kurie išlieka visą gyvenimą.

## Kokie yra vaisiaus alkoholinio sindromo simptomai?

Naujagimis, gimęs su vaisiaus alkoholiniu sindromu, turi specifinių veido bruožų:

- ploną viršutinę lūpą;
- plokščią lataką (filtrą) tarp nosies ir viršutinės lūpos;
- siaurą plyšį tarp akių vokų.

Naujagimiai būna labai neramūs, dirglūs ir labai jautrūs triukšmui.

Augant vaikui pasireiškia:

- augimo atsilikimas. Tai reiškia, kad tokiems vaikams reikia daugiau laiko išmokti daryti veiksmus, kuriuos atlieka kiti tokio amžiaus vaikai, pavyzdžiui, vaikščioti ir kalbėti;
- didesnis aktyvumas nei sveikų vaikų;
- raumenų silpnumas;
- mokymosi, girdėjimo ir matymo sunkumų.

Paaugliams ir suaugusiems žmonėms turintiems šį sindromą, gali būti:

- mąstymo ir atminties sutrikimų;
- susikaupimo ir dėmesio sunkumų;
- bendravimo su kitais problemų;
- sunkumų išlaikyti nuolatinį darbą ir gyventi savarankiškai.

## Ar yra tyrimas, nustatantis vaisiaus alkoholinį sindromą?

Tokio tyrimo nėra. Tačiau Jūsų gydytojas gali diagnozuoti vaisiaus alkoholinį sindromą iš vaiko simptomų ir apžiūros. Taip pat gydytojas klaus, kiek alkoholio vartojote nėštumo laikotarpiu.

## Kaip gydomas vaisiaus alkoholinis sindromas?

Šio sindromo pasekmių negalima panaikinti. Tačiau specialistai gali išmokyti Jus padėti savo vaikui atlikti kasdienes darbus, tokius kaip mokytis, kalbėti.

**„Dalyvavau vakarėlyje, kuriame vartojau daug alkoholio. Tuo metu dar nežinojau, kad laukiuosi. Ar tai labai pakenks mano vaisiui?“**

Dalis nėštumų yra neplanuoti ir moteris alkoholį gali gausiai vartoti nežinodama, kad laukiasi. Jei gausus alkoholio vartojimas buvo vienkartinis, tikimybė, kad jis turės neigiamos įtakos motinai ir vaisiui, yra nedidelė.

**„Aš norėčiau nebevartoti alkoholio“**

Nėštumas dažnai priverčia moteris susimąstyti ne tik apie savo, bet ir apie savo būsimo naujagimio sveikatą, todėl moterys neretai ieško pagalbos. Jūs visada galite kreiptis į savo akušerį, šeimos gydytoją, akušerį ginekologą ar priklausomybės ligų ir pagalbos centrą.

# RŪKYMAS NĖŠTUMO LAIKOTARPIU

Rūkymas labiau paplitęs tarp vyrų nei tarp moterų, tačiau kasmet šis skirtumas mažėja.

## Rūkymas ir moters sveikata

- Rūkančios moterys turi 10–40 proc. **mažesnę tikimybę** pastoti vieno ciklo metu (Danijoje atliktas tyrimas parodė, kad moterys, surūkančios 5–9 cigaretes per dieną, turėjo 1,8 karto didesnę tikimybę nepastoti per 12 mėn. negu nerūkančios).
- Statistiškai įrodyta, kad rūkančioms moterims 50 proc. dažniau būna **skausmingos bei nereguliarios menstruacijos**.
- Rūkymas jau pats savaime didina **išeminės širdies ligos bei insulto riziką**, tačiau rūkančioms ir vartojančioms sudėtinių hormoninių kontraceptikų moterims šių ligų rizika gali padidėti keletą kartų (išeminės širdies ligos rizika padidėja iki 20 kartų, o insulto rizika – iki 7,2 kartų).
- Invazinio **gimdos kaklelio vėžio rizika** rūkančioms moterims padidėja net 2–3 kartus. Rūkančių moterų gimdos kaklelio gleivėse randama cigaretės dūmuose esančių toksinių (kancerogeninių) medžiagų sancaupų, be to, yra įrodymų, kad rūkymas gali susilpninti vietinį gimdos kaklelio imunitetą.
- Tyrimais buvo patvirtinta, kad rūkančioms moterims **menopauzė pasireiškia vidutiniškai dvejais metais anksčiau** nei nerūkančioms. Metimas rūkyti gali atitolinti menopauzę, be to, rūkančios moterys **menopauzės metu dažniau patiria nemalonių simptomų**: karščio antplūdžius, padidėjusį prakaitavimą, miego sutrikimus.

## Kaip rūkymas veikia nėštumo laikotarpiu?

Rūkant išsiskiria daugiau nei 4000 toksinių savybių turinčių medžiagų, kurios neigiamai veikia ne tik motinos, bet ir vaisiaus organizmą. Tabako dūmuose yra ir apie 90 vėžį sukeliančių medžiagų. Tarp jų yra priklausomybę sukeliantis nikotinas, deguonies pernešimą ir nuolatinį deguonies badą sukeliantis anglies monoksidas (smalkės), radioaktyvus polonis 210 bei ypač toksiški ciano junginiai.

Nikotinas veikia sutraukdamas kraujagysles. Susitraukus placentos kraujagyslėms, sumažėja kraujo kiekis, kuriuo vaisius aprūpinamas deguonimi ir maisto medžiagomis. Kuo mažiau deguonies ir maisto medžiagų gauna vaisius, tuo labiau sutrinka normalus jo vystymasis.

Anglies monoksidas tiesiogiai sutrikdo deguonies pernašą vaisiui, todėl jis gyvena nuolatinėmis deguonies stygiaus sąlygomis.

## Kada geriausiai būtų mesti rūkyti: planuojant nėštumą ar nėštumo laikotarpiu?

Geriau būtų mesti rūkyti planuojant nėštumą.

## Kiek cigarečių per dieną nėštumo laikotarpiu vaisiui yra saugu?

Nėra saugaus motinai ir jos vaisiui surūkomų cigarečių skaičiaus. Moteris turėtų mesti rūkyti nėštumo laikotarpiu. Geriausių rezultatų pasiekama, jei moteris neberūko jau nuo pirmojo nėštumo laikotarpio, tačiau tai padaryti niekada nevelu. Jei moteris neįstengia to padaryti – reikėtų sumažinti surūkomų cigarečių skaičių.

## Kaip būtų geriau mesti rūkyti: nutraukti iš karto ar mažinti surūkomų cigarečių kiekį po truputį?

Motinai ir būsimam kūdikiui palankiau būtų, jei moteris iš karto mestų rūkyti. Tačiau, jei tai pasirodo per sunku, moteris galėtų mažinti surūkomų cigarečių kiekį po truputį.

# RŪKYMAS NĖŠTUMO LAIKOTARPIU

## Kas atsitiks vaisiui, jei aš rūkysiu?

Rūkant padidėja rizika:

- negimdinio nėštumo 1,5–2,5 karto, kadangi rūkant į organizmą patenkančios medžiagos slopina kiaušintakių gleivinės peristaltiką ir vaisius vystosi kiaušintakyje;
- persileidimo iki 25 proc., ir tai tiesiogiai susiję su rūkymo intensyvumu;
- vaisiaus apsigimimų (studijos parodė, kad rūkymas nėštumo metu siejamas su 30 proc. didesne kiškio lūpos bei vilko gomurio rizika ir 20 proc. didesne šlapimo sistemos apsigimimų rizika);
- priešlaikinio vaisiaus vandenių nutekėjimo;
- priešlaikinio gimdymo: rūkančios moterys iki 2 kartų dažniau gimdo prieš laiką (iki 37 nėštumo savaitės);
- placentos atšokos: rūkymas nėštumo laikotarpiu iki 2,4 karto padidina placentos atšokos tikimybę dėl nepakankamai gaunamo deguonies kiekio;
- placentos pirmeigos: iki 3 kartų dažniau diagnozuojama placentos pirmeigos tikimybė (dėl patiriamos nuolatinės deguonies stokos, placenta vystosi didesnė ir padidėja tikimybė siekti gimdos kaklelį);
- vaisiaus, naujagimio žūties: nustatyta tiesioginė priklausomybė tarp surūkomų cigarečių skaičiaus ir perinatalinės mirties rizikos. Rūkymas nėštumo laikotarpiu yra patvirtintas staigios kūdikių mirties sindromo rizikos veiksnys;
- per mažo gimusio naujagimio svorio: rūkančios nėščiosios gimdo 200–250 g mažiau sveriančius naujagimius nei nerūkančios. Mažo svorio naujagimius rūkančios moterys gimdo 3 kartus dažniau nei nerūkančios.

Daugiausiai tam įtakos turi rūkymas trečiuoju nėštumo laikotarpiu. Jei moteris nustotų rūkyti šiuo laikotarpiu, vaisiaus svoris galėtų būti normalus.

## Rūkymas nėra maitinimo krūtimi kontraindikacija tačiau:

- nikotinas slopina prolaktino gamybą;
- rūkančioms ir krūtimi maitinančioms moterims paros pieno gamyba sumažėja 200–250 ml;
- rūkančių motinų piene randama mažiau lipidų negu nerūkančių.

### Mitas

1. Staiga nutraukus rūkymą nėštumo laikotarpiu, atsiradusi nėščiosios abstinencija sąlygoja didesnę stresą ir žalą vaisiui nei tolesnis rūkymas.
2. Nėštumo laikotarpiu mesti rūkyti pavojinga, nes patiriamas stresas gali sukelti persileidimą ar priešlaikinį gimdymą.
3. Sprendimas atsisakyti rūkymo nėštumui artėjant į pabaigą, nėra prasmingas.

### Tiesa

1. Metimas rūkyti ankstyvuoju nėštumo laikotarpiu sumažina riziką vaisiui iki minimumo.
2. Atsisakymas rūkyti bet kuriuo nėštumo laikotarpiu yra neginčytinai naudingas tiek motinai, tiek vaisiui! Net ir 37 savaičių nėštumui.
3. Net rūkymo intensyvumo sumažinimas yra naudingas vaisiaus sveikatai.

# RŪKYMAS NĖŠTUMO LAIKOTARPIU

## Ar aš galiu būti aplinkoje, kurioje rūko kiti, nors aš pati nerūkau?

Jei moteris pati ir nerūko, tačiau būna aplinkoje, kurioje yra rūkoma, tai taip pat gali neigiamai paveikti vaisių. Šis poveikis pasireiškia padidėjusia persileidimo, prieššlaikinio gimdymo, vaisiaus žūties ar mažesnio naujagimio svorio tikimybe.

## Ar po gimdymo aš galėsiu vėl rūkyti?

Moksliniai tyrimai rodo, kad rūkančių tėvų vaikai dažniau serga lėtinėmis kvėpavimo ligomis, turi mokymosi sunkumų, yra hiperaktyvūs ir turi didesnę imlumą priklausomybę sukeliančioms medžiagoms paauglystėje. Rūkant ir maitinant krūtimi, į vaiko organizmą vis tiek patenka toksinių medžiagų ir nikotino, be to, pieno gaminama mažiau ir jis yra mažiau maistingas.

Rūkančių motinų vaikai gali gimi su **nikotino abstinencijos požymiais**: būna neramūs, irzlūs arba vangūs, blogiau valgo, gali vemti, sutrinka termoreguliacija, miego ir būdravimo ciklas.

## Ilgalaikis nikotino poveikis vaikui

- dažniau serga bronchine astma ir kitomis kvėpavimo takų ligomis;
- dažniau serga vidurinės ausies uždegimu;
- sutrinka kognityvinė funkcija;
- būna elgesio bei dėmesio sutrikimų;
- atsiranda mokymosi sunkumų.

## „Aš norėčiau neberūkyti“

Nėštumas dažnai priverčia moteris susimąstyti ne tik apie savo, bet ir apie būsimo naujagimio sveikatą, todėl moterys neretai ieško pagalbos. Jūs visada galite kreiptis į savo bendrosios praktikos slaugytoją, šeimos gydytoją ar akušerį.

„Nuo ko pradėti?“ Jums gali padėti keli žingsneliai „START“:

S – Susiplanuokite konkrečią datą

T – Turite apie savo planus pasakyti šeimos nariams, draugams ir kitiems artimiesiems žmonėms

A – Aptarkite su artimaisiais situacijas, kada Jums gali būti ypač sunku laikytis savo užsibrėžto tikslo

R – Reikėtų pašalinti cigaretes, tabako gaminius iš Jūsų akiračio

T – Turėtumėte apie savo tikslą informuoti ir gydytoją, kad jis galėtų pasiūlyti papildomų pagalbinių priemonių, pvz., taikyti nikotino pakeičiamąją terapiją.

## Nėštumą prižiūrinčio sveikatos specialisto tikslas

1. Labai trumpai ir suprantamai paaiškinti, kodėl rūkymo nutraukimas yra sveikatos priežiūros specialistų darbas.
2. Surinkti rūkymo anamnezę.
3. Suteikti informaciją apie galimus metimo būdus ir jų prieinamumą.
4. Padėti apsispręsti.
5. Tęsti bendravimą ir po gimdymo.

# RŪKYMAS NĖŠTUMO LAIKOTARPIU

## Priėmus sprendimą atsisakyti rūkymo gali būti taikoma

1. Kognityvinė elgesio terapija.
2. Psichologo konsultacija.
3. Grupės parama (psichologinė grupė, šeimos ir artimųjų parama).
4. Nikotino pakeičiamoji terapija (NPT): kai nepadeda psichologinė pagalba ar surūkoma 10 ir daugiau cigarečių per dieną.

Pirmiausia rekomenduojama mesti rūkyti nenaudojant medikamentinės pagalbos. Nepavykus, gali būti siūloma pakeičiamoji terapija, kuri kelia kur kas mažesnę pavojų vaisiui, nei paties nikotino vartojimas rūkant.

## Pakeičiamoji nikotino terapijai

- Nikotininė guma;
- Nikotininis pleistras (netinka nėščiosioms);
- Nikotininės pastilės;
- Nikotininis aerozolis;
- Nikotino inhaliatorius;
- Nikotininės poliežuvių tabletės.

## Mesti rūkyti pats tinkamiausias metas dabar

- **Praėjus 20 min.** po rūkymo, sunormalėja dėl rūkymo padidėjęs kraujo spaudimas ir padažnęję širdies susitraukimai.
- **Po 8 val.** padidėjusi anglies viendeginio koncentracija kraujyje nukrenta iki vidutiniškai normalaus lygio, padidėja deguonies koncentracija kraujyje, pranyksta nemalonūs rūkančiojo kvapas.
- **Po 24 val.** sumažėja širdies miokardo infarkto rizika. Po 2 parų pastebimas uoslės ir skonio jutimo pagerėjimas, nes nervinės ląstelės pradeda prisitaikyti prie nikotino stygiaus.
- **Po 2 mėn.** pagerėja viso kūno kraujotaka, iki 30 proc. pagerėja plaučių funkcija.
- **Po 3–9 mėn.** susilpnėja ar visai išnyksta buvęs varginantis kosulys, silpnumas, oro trūkumas, organizmas tampa atsparesnis infekcijai. Miegas tampa ramesnis, veidas – skaistesnis, išnyksta pilkumas, sulėtėja pagreitėjęs organizmo senėjimo procesas. Sumažėja rizika susirgti skrandžio opalige, pagerėja nuotaika ir aktyvumas.
- **Po 5 metų** rizika mirti nuo širdies ligų sumažėja iki niekada nerūkusiosios lygio, o susirgti plaučių vėžiu rizika sumažėja net dvigubai.
- **Po 10 metų** rizika susirgti plaučių vėžiu tampa tokia pati, kaip niekada nerūkusios bei sumažėja kitų vėžinių ligų pavojus.

# NARKOTIKAI NĖŠTUMO LAIKOTARPIU

- Kanapės – tai viena iš silpniausių nelegaliai vartojamų narkotinių medžiagų, tačiau tai yra tarsi tramplynas stipresniems narkotikams.
- Kokainas – pats populiariausias tarp nėščiąjų.
- Heroinas – stipriausias ir pavojingiausias nėščiosioms (kūdikio abstinencijos sindromas, būna stipresnis, negu vartojant kitokių narkotinių medžiagų).

## Kaip narkotikai veikia nėštumo laikotarpiu?

Marihuanos (kanapių), vadinamosios žolės, hašišo sudėtyje yra toksinių medžiagų, kurios sutrikdo normalią deguonies pernašą vaisiui. Jei deguonies kiekis nepakankamas, sutrinka vaisiaus vystymasis.

**Kokainas**, vadinamasis krekas ar sniegas, patenka į vaisiaus kraują per placentą. Kokainui būdinga tai, kad jis iš vaisiaus organizmo pašalinamas daug lėčiau nei iš motinos organizmo, todėl ir toksinis poveikis jam yra ilgesnis nei suaugusiam žmogui.

**Heroinas** taip pat į vaisiaus kraują patenka per placentą. Prie heroino labai greitai priprantama, todėl dar negimęs kūdikis jau gali turėti priklausomybę nuo šio narkotiko.

**LSD** yra stiprus haliucinogenas, kurio pavartojus gali kilti grėsmė ne tik motinos, bet ir vaisiaus gyvybei.

**Metamfetaminas** dažnina širdies susitraukimus ne tik motinai, bet ir vaisiui, į kurio organizmą patenka per placentą.

## Koks narkotikų kiekis nėštumo laikotarpiu yra saugus?

Saugios narkotikų vartojimo ribos nėra nei nėštumo, nei ne nėštumo laikotarpiu.

## Kas atsitiks vaisiui, jei aš vartosiu narkotikų?

Vartojant kokainą, padidėja rizika:

- persileidimo;
- priešlaikinio gimdymo;
- placentos atšokos;
- per mažo gimusio naujagimio svorio;
- mažesnio naujagimio ūgio bei mažesnės galvos.

Vartojant metamfetaminą, padidėja rizika:

- priešlaikinio gimdymo;
- per mažo gimusio naujagimio svorio.

Vartojant heroiną, padidėja rizika:

- persileidimo;
- placentos atšokos;
- vaisiaus žūties, negyvavimo ar staigios kūdikių mirties sindromo;
- priešlaikinio vaisiaus vandenų nutekėjimo;
- priešlaikinio gimdymo;
- per mažo gimusio naujagimio svorio;

# NARKOTIKAI NĖŠTUMO LAIKOTARPIU

- per mažo gimusio naujagimio svorio;
- naujagimių abstinencijos sindromo (būna neramūs, irzlūs arba vangūs, blogiau valgo, gali vemti, sutrinka termoreguliacija, miego ir būdravimo ciklas);
- įvairios virusinės infekcijos, kur gali patekti į motinos organizmą per švirkštus.

**Narkotinių medžiagų vartojimas – didelės rizikos nėštumas, reikalaujantis glaudaus nėštumą prižiūrinčio specialisto, nėščiosios, priklausomybės ligų centro specialisto ir psichologo bendradarbiavimo.**

Prireikus gali būti atliekamas šlapimo tyrimas, siekiant nustatyti, ar vartojama narkotinių medžiagų.

**„Aš norėčiau nebevartoti narkotikų“**

Nėštumas dažnai priverčia moteris susimąstyti ne tik apie savo, bet ir apie būsimo naujagimio sveikatą, todėl moterys neretai ieško pagalbos. Jūs visada galite kreiptis į savo bendrosios praktikos slaugytoją, šeimos gydytoją ar akušerį.

Jei vartojate narkotikų ir negalite jų nutraukti savo jėgomis, Jums reikėtų kreiptis į priklausomybės ligų centro specialistus arba tiesiog į savo gyvenamosios vietos psichikos sveikatos centro psichiatrą.

**Nėštumą prižiūrinčio sveikatos specialisto tikslas**

- Labai trumpai ir suprantamai paaiškinti, kodėl narkotinių medžiagų vartojimo gydymas yra sveikatos priežiūros specialistų darbas.
- Surinkti narkotinių medžiagų vartojimo anamnezę.
- Suteikti informaciją apie galimus gydymo būdus ir jų prieinamumą.
- Padėti apsispręsti.
- Tęsti bendravimą ir po gimdymo.

Jeigu yra priklausomybė nuo narkotinių medžiagų, rekomenduojamas gydymas **METADONU** (gydymo planą sudaro priklausomybės ligų centro specialistas).

Kad metadonas būtų perduodamas su motinos pienu, neįrodyta (jei ir perduodamas, tai tik labai mažomis dozėmis, kurios gali sumažinti atsiradusius naujagimio abstinencijos simptomus), todėl vartojant metadoną naujagimį maitinti krūtimi galima.

**Narkotinių medžiagų vartojimas (heroinas, ekstazis, amfetaminas) — maitinimo krūtimi kontraindikacija.**

**Vartojant kanapių narkotinių medžiagų, maitinti krūtimi taip pat nerekomenduojama**, kadangi, šiandien turimais duomenimis, pagrįstai teigiama, kad kanapių ekstrakto patenka į motinos pieną, nors poveikis kūdikiui galutinai nėra žinomas.

**Aktualu**

- Visoms moterims, tiek nėščioms, tiek ne nėščioms, **vartojančioms narkotinių medžiagų rekomenduojama kontracepcija**: siekiant sumažinti neplanuotų nėštumų skaičių ar tol, kol moteris gydysis nuo priklausomybės, kad būtų kuo labiau sumažinta žala vaisiui.
- Vartojant narkotinių medžiagų, labai **padidėja vertikalusis krauju plintančių virusų perdavimas vaisiui** (t. y. infekcijos perdavimas per placentą). Naujagimis gali gimti sirgdamas ŽIV, hepatitu B ar hepatitu C.
- Visą nėštumo laiką moterį reikia stebėti, kadangi yra didelė **vaisiaus augimo sulėtėjimo rizika**.

## NARKOTIKAI NĖŠTUMO LAIKOTARPIU

- Gimdymo metu moteriai, vartojančiai narkotinių medžiagų ar metadoną, **gydytojas anesteziologas sudaro atitinkamą skausmo malšinimo planą**, jei moteris jo pageidauja gimdymo metu.
- **Naujagimiai** nuo pat gimimo kas 4 val. **vertinami pagal atitinkamą skalę siekiant nustatyti, ar nėra naujagimių abstinencijos sindromo**. Jeigu tokių požymių yra, reikia skirti medikamentinį gydymą.

Dėl gydymo ir pagalbos, jei yra priklausomybė nuo narkotinių medžiagų, visada galima kreiptis į Priklausomybių centrus.

[Visą metodiką skaityti galite čia](#)