

ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟ ΑΛΚΟΟΛ 2021

Κα. Ελένη Ευαγόρου

Συντονίστρια του προγράμματος

ΡΕΑ: Εκπαιδευτικό Δίκτυο για την Επιβλαβή χρήση του
Αλκοόλ

Συμβουλευτικό Κέντρο Στήριξης της Οικογένειας

Κα. Λήδα Χριστοδούλου

Λειτουργός Τμήματος Πολιτικής

Αρχής Αντιμετώπισης Εξαρτήσεων Κύπρου



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ- ΜΕΡΟΣ Ι

ΡΕΑ: Εκπαιδευτικό Δίκτυο για την Επιβλαβή χρήση του Αλκοόλ

Το έργο υλοποιείται από:

- Αρχή Αντιμετώπισης Εξαρτήσεων Κύπρου σε συνεργασία με την Εθνική Επιτροπή για την Αντιμετώπιση του Συνδρόμου Εμβρυϊκού Αλκοολισμού και του Φάσματος Διαταραχής Εμβρυϊκού Αλκοολισμού
- Συμβουλευτικό Κέντρο Στήριξης της Οικογένειας



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ- ΜΕΡΟΣ Ι

ΡΕΑ: Εκπαιδευτικό Δίκτυο για την Επιβλαβή χρήση του Αλκοόλ

Στόχοι του έργου:

- Ενημέρωση σχετικά με την επιβλαβή χρήση του Αλκοόλ.
- Ενίσχυση γνώσης του γενικού πληθυσμού και των νέων γυναικών ή/και νέων γονέων για τους κινδύνους του αλκοόλ κατά την εγκυμοσύνη, το θηλασμό και τη βρεφική ηλικία.
- Ενίσχυση της γνώσης ανάμεσα στους επαγγελματίες υγείας, κοινωνικές υπηρεσίες και εκπαιδευτικούς σχετικά με το Σύνδρομο Εμβρυϊκού Αλκοολισμού και Φάσματος Διαταραχής Εμβρυϊκού Αλκοολισμού.



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ- ΜΕΡΟΣ Ι

ΡΕΑ: Εκπαιδευτικό Δίκτυο για την Επιβλαβή χρήση του Αλκοόλ

Δράσεις:

- Διάχυση Κλινικών κατευθυντήριων γραμμών για την πρόληψη, διάγνωση και θεραπεία του φάσματος διαταραχής εμβρυϊκού αλκοολισμού και συνδρόμου εμβρυϊκού αλκοολισμού
- Διάχυση εντύπου με θέμα «Υγιεινός τρόπος ζωής κατά την Εγκυμοσύνη και κατά την Περίοδο του Θηλασμού»



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ- ΜΕΡΟΣ Ι

ΡΕΑ: Εκπαιδευτικό Δίκτυο για την Επιβλαβή χρήση του Αλκοόλ

Δράσεις:

- Εκπαιδευτική Ημερίδα για Επαγγελματίες
- Διαδικτυακό Σεμινάριο σε φοιτητές και επαγγελματίες
- Μετάφραση ενημερωτικού υλικού στα Αγγλικά, Αραβικά, Βουλγάρικα, Ρουμάνικα.



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ- ΜΕΡΟΣ Ι

ΡΕΑ: Εκπαιδευτικό Δίκτυο για την Επιβλαβή
χρήση του Αλκοόλ

Δράσεις:

Δημιουργία ειδικού ενημερωτικού
βίντεο σχετικά με την επιβλαβή χρήση
του αλκοόλ κατά την εγκυμοσύνη.



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ- ΜΕΡΟΣ Ι

ΡΕΑ: Εκπαιδευτικό Δίκτυο για την Επιβλαβή χρήση του Αλκοόλ

Επόμενα βήματα:

- Εκπαιδεύσεις σε επαγγελματίες σχετικά με το πρωτόκολλο «Πρόληψη, Ανίχνευση και Αντιμετώπιση κατανάλωσης αλκοόλ στην εγκυμοσύνη και στο θηλασμό»
- Ύδμιουργία Ενημερωτικού Βίντεο με στόχο πατέρες ή/και δυνητικούς πατέρες



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ – ΜΕΡΟΣ II

- Προτεραιότητες, στόχοι και δράσεις της Εθνικής Επιτροπής για την αντιμετώπιση του Φάσματος Διαταραχής Εμβρυϊκού Αλκοολισμού και του Συνδρόμου Εμβρυϊκού Αλκοολισμού
- Κλινικές κατευθυντήριες γραμμές για την πρόληψη, διάγνωση και θεραπεία του φάσματος διαταραχής εμβρυϊκού αλκοολισμού και συνδρόμου εμβρυϊκού αλκοολισμού
- Υγιεινός τρόπος ζωής κατά την Εγκυμοσύνη και κατά την Περίοδο του Θηλασμού



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ

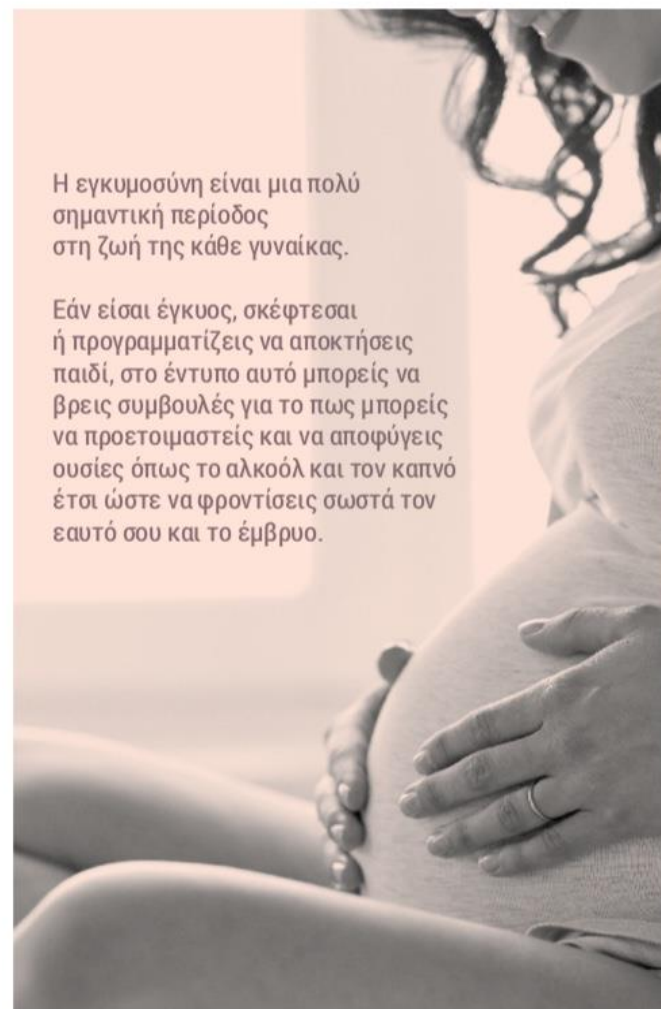


ΜΕΡΟΣ II: ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΙ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ

- Τι γνωρίζουμε για το Αλκοόλ και την Εγκυμοσύνη
 - Οι γυναίκες θέλουν να γνωρίζουν για το αλκοόλ και την εγκυμοσύνη, και έχουν κάθε δικαίωμα να γνωρίζουν.
 - Είναι πιο ασφαλές η γυναίκα να μην καταναλώνει αλκοόλ κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, αφού υπάρχει κίνδυνος για εγκεφαλικές παθήσεις, αναπηρίες και προβλήματα υγείας για το νεογέννητο.



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ



Η εγκυμοσύνη είναι μια πολύ σημαντική περίοδος στη ζωή της κάθε γυναίκας.

Εάν είσαι έγκυος, σκέφτεσαι ή προγραμματίζεις να αποκτήσεις παιδί, στο έντυπο αυτό μπορείς να βρεις συμβουλές για το πως μπορείς να προετοιμαστείς και να αποφύγεις ουσίες όπως το αλκοόλ και τον καπνό έτσι ώστε να φροντίσεις σωστά τον εαυτό σου και το έμβρυο.

ΜΕΡΟΣ II: ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΙ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ

- Τι κάνουν οι γυναίκες για την κατανάλωση αλκοόλ στην περίοδο της εγκυμοσύνης

Οι περισσότερες γυναίκες σταματούν ή λιγοστεύουν την κατανάλωση αλκοόλ μόλις μάθουν ότι είναι έγκυες ή όταν προγραμματίζουν μια εγκυμοσύνη.

Οι γυναίκες που συνεχίζουν να καταναλώνουν αλκοόλ στην εγκυμοσύνη μπορεί να....

- προέρχονται από όλα τα κοινωνικο-οικονομικά στρώματα
- μην έχουν την ενημέρωση και την απαραίτητη στήριξη που χρειάζεται για να κάνουν την αλλαγή
- ή/και να αντιμετωπίζουν σοβαρά προβλήματα με την ουσιοεξάρτηση



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ



ΜΕΡΟΣ II: ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΙ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ

- **Τι το κάνει δύσκολο για τις γυναίκες**
 - Το στίγμα που μπορεί να αντιμετωπίζουν οι γυναίκες που καταναλώνουν αλκοόλ στην εγκυμοσύνη, ενισχύει το πρόβλημα.
 - Η επίκριση των γύρω μπορεί να κάνει ακόμη πιο δύσκολο την αναζήτηση βοήθειας και επιπλέον στήριξης.
 - Η επίκριση συχνά μπορεί να παραβλέπει τα βήματα που κάνει μια γυναίκα ή και τα προβλήματα που μπορεί να αντιμετωπίζει σε περίπτωση που υπάρχει ουσιοεξάρτηση.



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ



ΜΕΡΟΣ II: ΓΕΝΙΚΗ ΟΔΗΓΙΑ



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ

ΣΥΣΤΑΣΗ

Ασφαλέστερη Επιλογή:

Μηδενική Κατανάλωση Αλκοολούχων Ποτών.

Οι μέλλουσες μητέρες είναι καλύτερα να απέχουν εντελώς από την κατανάλωση αλκοόλ πριν τη σύλληψη και κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και του θηλασμού για αποφυγή όλων των πιθανών κινδύνων και εξασφάλιση των καλύτερων συνθηκών για το παιδί τους. Παρόλο ότι χρειάζονται περισσότερα στοιχεία για τη σχέση χαμηλής ή μέτριας² κατανάλωσης αλκοόλ με τις αρνητικές συνέπειες για το έμβρυο, η σύσταση μηδενικής κατανάλωσης αποτελεί την ασφαλέστερη επιλογή.

Επιπρόσθετα, οι μέλλουσες μητέρες που καταναλώνουν αλκοόλ πριν την εγκυμοσύνη μπορεί να αντιμετωπίζουν δυσκολία στην μείωση της κατανάλωσης κατά την περίοδο της εγκυμοσύνης, αλλά επίσης και να συνεχίσουν την κατανάλωση στο πρώτο τρίμηνο της κύησης αφού συχνά οι γυναίκες δεν αντιλαμβάνονται άμεσα ότι είναι έγκυες. Το πρώτο τρίμηνο αποτελεί την πιο ευαίσθητη περίοδο για το έμβρυο κατά την οποία αναπτύσσονται τα όργανα του.

Αν αντιμετωπίζεις μια τέτοια δυσκολία, μπορείς να το συζητήσεις με τον επαγγελματία υγείας που σε παρακολουθεί και να ενημερωθείς για τις επιλογές σου ή να επικοινωνήσεις με το 1402 για να σε κατευθύνει.

ΜΕΡΟΣ II-Κλινικές κατευθυντήριες γραμμές για την πρόληψη, διάγνωση και θεραπεία του φάσματος διαταραχής εμβρυϊκού αλκοολισμού και συνδρόμου εμβρυϊκού αλκοολισμού

- Ανάπτυξη Κλινικών Κατευθυντηρίων γραμμών για την πρόληψη, διάγνωση και υποστηρικτική θεραπεία του FAS/FASD
- 1^η έκδοση 2019 και 2^η έκδοση 2022
- Πρόληψη
- Διαγνωστικά Κριτήρια
- Εξειδικευμένες υπηρεσίες



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ



ΜΕΡΟΣ II-Κλινικές καταυθυντήριες γραμμές για την πρόληψη, διάγνωση και θεραπεία του φάσματος διαταραχής εμβρυϊκού αλκοολισμού και συνδρόμου εμβρυϊκού αλκοολισμού



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ



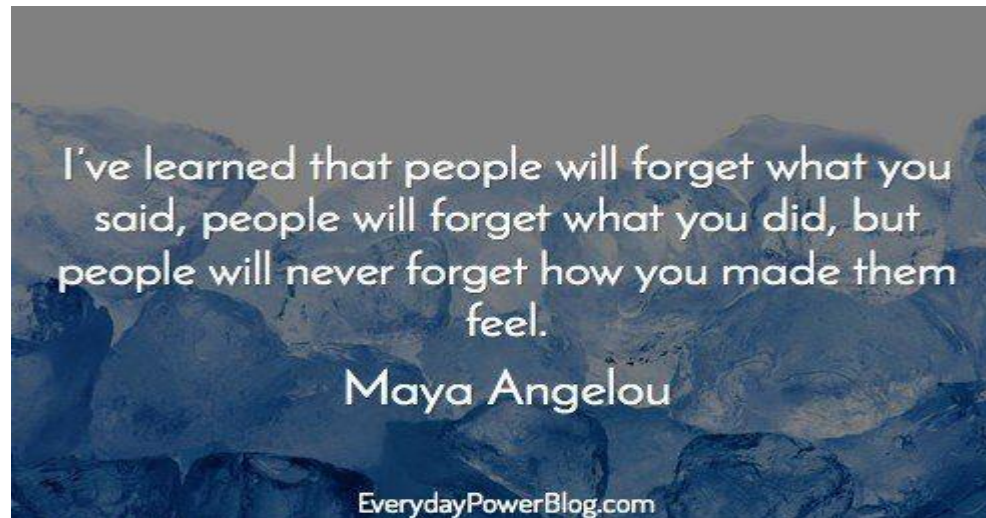
ΜΕΡΟΣ II - Εθνική Επιτροπή για την αντιμετώπιση του Φάσματος Διαταραχής Εμβρυϊκού Αλκοολισμού και του Συνδρόμου Εμβρυϊκού Αλκοολισμού

- Εντοπισμός, ενημέρωση και παραπομπή εγκύων γυναικών με πρόβλημα χρήσης ή/και εξάρτησης στο αλκοόλ σε υποστηρικτικές υπηρεσίες
- Καθιέρωση επαρκούς διάγνωσης και υποστηρικτικής θεραπείας για παιδιά με φάσμα διαταραχής εμβρυϊκού αλκοολισμού
- Ανάπτυξη επαρκούς στήριξης για παιδιά και τις οικογένειες τους που αντιμετωπίζουν πρόβλημα λόγω της χρήσης αλκοόλ, συμπεριλαμβανομένων των παιδιών με FAS/FASD



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ





ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΑΣ

leda.christodoulou@naac.org.cy
www.naac.org.cy



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ

