

...ich trinke keinen Alkohol,...

- damit ich mir über die Folgen für Dich und für mich keine Sorgen machen muss.
- damit Dein Gehirn sich gesund entwickeln kann.
- damit deine Motorik sich gut entwickeln kann.
- damit Deine Organe sich optimal ausbilden können.
- damit ich Deine positive psychische Entwicklung unterstütze.
- damit Du die Chance auf ein gesundes und selbstständiges Leben hast.
- für unsere Gesundheit.

- Caritasverband Schaumberg-Blies e.V.
- Beratungs- und Behandlungszentrum DIE BRIGG und PSYCHOSOZIALER DIENST in Neunkirchen
- Ärztekammer des Saarlandes
- Kassenärztliche Vereinigung Saarland
- Berufsverband der Frauenärzte e.V., Landesverband Saarland
- Kliniken und Abteilungen für Frauenheilkunde und Geburtshilfe
- Saarländischer Hebammenverband e.V.
- Gesundheitsämter der Landkreise und des Regionalverbandes Saarbrücken
- Schwangerenberatungsstellen im Saarland
- Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte e.V., Landesverband Saarland
- Kliniken und Abteilungen für Kinder- und Jugendmedizin
- Berufsverband der Kinderkrankenpflege Deutschland e.V. Saarland
- Deutscher Berufsverband für Pflegeberufe Südwest e.V. (DBfK)

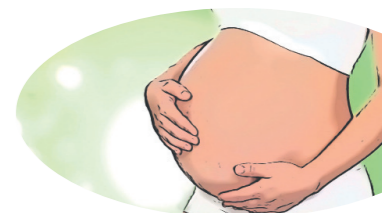
Ansprechpartnerin: Jasmin Arnold
Landesinstitut für Präventives Handeln
Hanspeter-Hellenthal-Str. 68
66386 Sankt Ingbert
Tel.: 0681/5 01 38 88
E-Mail.: j.arnold@lph.saarland.de
Homepage: www.schwanger.saarland.de

Meinem Kind zuliebe... mir zuliebe...



...ich rauche nicht,...

- damit ich mir über die Folgen für Dich und für mich keine Sorgen machen muss.
- damit ich in dieser Zeit meinem Körper etwas Gutes tue.
- damit Du in meinem Bauch optimal mit Sauerstoff versorgt wirst.
- damit Du bestens in meinem Bauch mit Nährstoffen versorgt wirst.
- damit Du gute Abwehrkräfte entwickeln kannst.
- damit Dein Risiko für den plötzlichen Kindstod nicht erhöht ist.
- für unsere Gesundheit.



...ich trinke Alkohol

Alkohol ist ein starkes Zellgift. Wenn ich alkoholische Getränke in der Schwangerschaft trinke, gelangt der Alkohol ungefiltert zu meinem Kind. Alkohol kann die Nervenbahnen und das Gehirn meines Kindes unwiederbringlich zerstören und seine Organe schädigen.

Unmittelbare Risiken für mein Kind:

- Wachstumsstörungen
- geringes Geburtsgewicht
- Missbildungen und Organschädigungen
- Intelligenzminderung

Risiken für mein Kind im späteren Lebens- und Erwachsenenalter:

- Störungen der motorischen und geistigen Entwicklung
- Verhaltensstörungen wie z.B.: gesteigerte Aggressivität
- Hyperaktivität und Störungen der Aufmerksamkeit (ADHS)
- Konzentrationsschwäche

Wenn Sie Fragen haben, weitere Informationen brauchen oder mit dem Rauchen oder Alkoholkonsum aufhören wollen, wenden Sie sich bitte für ein vertrauliches Gespräch an folgende Ansprechpartnerinnen:

Gesundheitsamt des Regionalverbandes Saarbrücken

Frau Iris Klein,
Tel.: (0681) 5 06 53 55
E-Mail: iris.klein@rvsbr.de

Gesundheitsamt Neunkirchen

Frau Diana Zayouna,
Tel.: (06824) 9 06 88 57
E-Mail: d.zayouna@landkreis-neunkirchen.de

Gesundheitsamt Saarpfalz-Kreis

Frau Karin Heid-Schuck,
Tel.: (06841) 1 04 80 04
E-Mail: karin.heid-schuck@saarpfalz-kreis.de

Gesundheitsamt St. Wendel

Frau Martina Scheid,
Tel.: (06851) 8 01 53 22
E-Mail: m.scheid@lkwnd.de

Gesundheitsamt Saarlouis

Frau Kerstin Merl und
Frau Susanne Arweiler-Zenner
Tel.: (06831) 44 47 78
E-Mail: kerstin-merl@kreis-saarlouis.de
E-Mail: susanne-arweiler@kreis-saarlouis.de

Gesundheitsamt Merzig-Wadern

Frau Gabriele Wahlen, Tel.: (06861) 8 04 10
E-Mail: g.wahlen@merzig-wadern.de

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Ostmerheimer Straße 220
51109 Köln
Telefon: (0221) 89920
E-Mail: poststelle@bzga.de
Internet: www.bzga.de

Möchten Sie sich lieber online beraten lassen?

Hier finden Sie hier Unterstützung:

IRIS - Online-Programm für Schwangere

IRIS ist eine Onlineberatung, die Schwangeren dabei hilft, das Rauchen und/oder den Alkoholkonsum während der Schwangerschaft möglichst sein zu lassen.

Ob vom Smartphone Tablet oder PC aus, Sie finden IRIS unter:

www.iris-plattform.de

IRIS ist anonym und kostenlos! Sie müssen nichts installieren: einfach registrieren, anmelden und loslegen!

Informieren Sie sich über IRIS auch auf Facebook:

www.facebook.com/irisplattform

...ich rauche weiter:

Nikotin verengt die Blutgefäße. Dadurch bekommt mein ungeborenes Kind weniger Sauerstoff und weniger Nährstoffe. Jede Zigarette enthält über 100 giftige Stoffe, die über das Blut in die Gebärmutter gelangen und damit direkt von meinem Kind aufgenommen werden.

Unmittelbare Risiken für mein Kind:

- Fehlgeburt, Frühgeburt oder auch Todgeburt
- verringertes Geburtsgewicht
- plötzlicher Kindstod

Risiken für mein Kind im späteren Lebens- und Erwachsenenalter:

- Asthma
- Allergien
- Übergewicht
- Herzinfarkt/Verkalkung der Blutgefäße (Herz-/ Kreislaufkrankungen)
- Zuckerkrankheit (Diabetes)
- Verhaltensauffälligkeiten wie z.B. Aufmerksamkeitsstörungen