

til ettertanke

Så lenge kunsten ikke kommer seg løs fra gjenstanden, forblir den beskrivelse, litteratur.

Robert Delaunay (1885 - 1941) Fransk maler

Nordlands trompet

Rødvin på tåteflaska?



Liv Kristin Olsen, jordmor, Bodø kommune.



Cathrine Hunstad-Ulriksen, psykologspesialist, Bodø kom.



I Bodø blir alle gravide spurt systematisk om alkoholvaner, ikke som et kontrolltiltak, men en kartlegging for å kunne gi riktig oppfølging.

Hvorfor ta sjansen? Det er ikke mulig å angi en sikker nedre grense for hvor mye alkohol barnet tåler. Ulike fostre har ulik sårbarhet. Derfor anbefaler Helsedirektoratet at du ikke tar noen sjanser – men lar være å drikke alkohol under svangerskapet. Slik gir du barnet ditt den beste starten.

Du ville aldri servert barnet ditt rødvin i tåteflaska – i magen får fosteret samme promille som mor hver gang hun drikker. Alkohol er det rusmiddelet som vi med sikkerhet vet kan skade fosteret. Det kan påvirke utvikling av celler, organer og hjernen er spesielt sårbar.

De siste årene er det gjort mange undersøkelser. Flere av dem viser at gravide drikker alkohol i større grad enn det som har vært antatt (tall opp mot 30 prosent), både før de visste om graviditeten, men også gjennom svangerskapet. Det har vært og er et stort fokus på dette i media, så mange gravide er opplyst om at det anbefales nulltoleranse i svangerskapet.

Hvorfor er det da så vanskelig å la være? Mange gravide opplyser at de vet for lite om skadevirkningene, og at det er lett å tenke at et glass i ny og ne ikke kan være skadelig for barnet. For andre kan årsaken være mer sammensatt.

I Bodø blir alle gravide spurt systematisk om alkoholvaner generelt, drikkemønster før graviditet og om du drikker alkohol nå. Denne rutinen er ikke et kontrolltiltak, men en kartleg-

ging for å kunne gi riktig oppfølging til de som trenger det. Vi har et godt samarbeid med ulike etater i kommunen som vil bistå i samarbeidet for at mor, barn og familien skal komme best mulig ut av situasjonen.

Det viktigste er at alle gravide i Bodø får god informasjon om alkoholens skadevirkninger på fosteret, og mulighet til å endre atferd for å gi barnet de beste mulighetene for vekst og utvikling. En god samtale er også viktig med tanke på holdninger om drikkemønster i familien etter at barnet er født.

Det er få gravide som vil innrømme at de drikker alkohol, men mange sier at de kjenner noen som har drukket i svangerskapet. Det viser seg at de som drikker mest er voksne førstegangsgravide, høy utdannelse, og med et etablert alkoholinntak før graviditet.

Det viser at det er vanskelig å bryte en etablert vane. De finner seg ofte i sosiale settinger der alkohol inngår. Dette er en

gruppe gravide mange fagfolk ikke forventer skal være i risikogruppen for alkoholinntak i svangerskapet. Noen få gravide drikker så mye alkohol, eller bruker andre rusmidler i svangerskapet at barnet blir født med abstinenser.

Disse barna og familien får god oppfølging på sykehuset, men de trenger også ekstra oppfølging etter hjemkomst. Et av tiltakene i Bodø er langvarig og systematisk oppfølging fra barnefysioterapeut.

Alkohol er det rusmiddelet som vi med sikkerhet vet kan skade fosteret, og hjernen er spesielt sårbar og utsatt.

Hensikten er å fange opp skjevutvikling tidlig. Barna kan ha symptomer på irritabilitet i nervesystemet med økt spenning i mus-

kulaturen, unormal suging og problemer med mating. Samspill og dialog mellom foreldre og barn kan derfor forvansktes. Fysioterapeuten kan trygge foreldrene i hvordan de konkret kan håndtere barnet sitt. Foreldrene opplever mestring og barnet får optimale muligheter for god utvikling.

Barn som er født med abstinenser får tilbud om tett oppføl-

åpen linje

Si din mening på telefon

75 50 00 00

E-post: apen@an.no

SMS: Kodeord **ANåpen** til **2005**.

Kr. 3,00 pr. melding

Maks 160 tegn.

Husk å oppgi navn på e-posten /sms.

Skuffende

– Som tilreisende på besøk i Bodø, ville vi inn på det nye biblioteket på den store dagen, men der var de mest opptatt av å stoppe folk i døra til det rådyre/flotte bygget. Skuffende. Mh Asbjørn (Rogaland).

Vanskelig ballade

– Tydelig nervøse programledere, tørre i kjeften og skjelvenas på håndda møtte NRK 's seere på en unødvendig sen lørdagskveld under den nasjonale åpningen av Stormen i Bodø. Men det som forundrer meg aller mest som tv-seer, er mangelen på gjennomføring, timing, dynamikk og gjenkjennelig tone i Sivertsens vanskelig tilgjengelige ballade i andre halvdel av programmet. Det virker uforberedt fra Sivertsens side? Etter min mening hadde en av hans gamle og mer kjente ballader fungert bedre for ham – og meg :-)

Julestemning

– Beklager Salten-folk. Nå er der 3 uker siden julenissen på 5 meter dukket opp og julestemning i butikene. Jeg er litt treg av meg, men GOD JUL til alle sammen. Håper dere får en riktig fin jul, melder en leser i julestemning.

Klimadebatten

– Meget god redegjørelse av Hans Martin Seip i avisa i klimadebatten. Sikkert vanskelig å overbevise disse gubbene mot strømmen som dessverre ser ut til å leve i sin egen verden. BJV.

Hurtigbåtrute

– Det har vært forbindelse mellom Helnessund og Bodø i ualminnelig tider, fra vi var på fattigstadiet. Nu trur æ uansett partitilhørighet at noen har glemt å ta medisinen sin. Mvh Svein-Arne Skogmo, Steigenpatriot.

Dyktig Carina

– Jeg må bare si at jeg ble storlig imponert over innsatsen til Carina Olset under åpningsshowet i Stormen. Hun var presis, tilstedeværende og hadde kunnskaper. Veldig bra gjort, hun fortjener flere sjanser som leder av store show. Og PS, Halvdan kom faktisk litt i skyggen av hennes innsats, melder en fornøyd seer.

Eiendomsskatt

– Problemet med å øke eiendomsskatten i Bodø er at politikerne trodde ikke vil komme til å bruke dette til nødvendige og lovpålagte tjenester, men til luksus. Se nå hvordan et statstilskudd på 160 mill til kulturhus, er blitt et kulturkvartal til 1200 mill.

Direktesending?

– Går ut fra at det blir direkte sending også når Sølvsuper åpner? Og at det blir lettere å skaffe seg billetter enn det man opplevde på onsdag.

– Hva er ditt beste tips foran julebordsesongen?



– Ha det gøy. Spis mye ribbe.

Odd Ivar Pedersen (25), Steigen



– Ta det rolig med drikken. Det er mye god mat i jula.

Ulf Camitz (54), Bodø



– Jeg har aldri vært på julebord.

Jenny Røste (20), Drammen



– Tenk på at det fremdeles er kolleger. Det kan bli flaut neste arbeidsdag hvis du har gjort noe kjempedårlig.

Linda Kraus (24), Porsgrunn