

## Consommation d'alcool et de drogues durant la grossesse

Lorsque vous êtes enceinte ou planifiez de le devenir, le choix le plus sécuritaire est de cesser complètement de consommer de l'alcool. Boire de l'alcool durant la grossesse met votre bébé à risque de développer le Trouble du spectre de l'alcoolisation fœtale, aussi appelé TSAF. Le TSAF est un terme générique utilisé pour décrire la gamme de déficiences causées par l'exposition prénatale à l'alcool. Il est la principale cause connue des déficiences développementales chez les enfants, y compris les déficiences physiques, d'apprentissage et de comportement permanentes.

Tout comme boire de l'alcool consommer des drogues durant la grossesse ou l'allaitement peut faire du tort à votre bébé. Cela comprend les drogues illicites mais aussi la mauvaise utilisation des médicaments, avec ou sans prescription.

Pour de plus amples renseignements sur le TSAF, la consommation d'alcool ou d'autres drogues (consommation de substances) durant la grossesse ou l'allaitement, et où trouver de l'aide, visitez les ressources et les sites Internet énumérés ci-dessous.

### Trouble du spectre de l'alcoolisation fœtale (TSAF)

Pour des renseignements sur le TSAF et les effets que celui-ci peut avoir sur la santé de votre bébé, consultez :

- [Le Trouble du spectre de l'alcoolisation fœtale \(HealthLinkBC File #38e\)](#)
- [Agence de santé publique du Canada : Trouble du spectre de l'alcoolisation fœtale](#)
- [Ministère du développement de l'enfant et de la famille : à propos du Trouble du spectre de l'alcoolisation fœtale](#)
- [Santé Canada : Le Trouble du spectre de l'alcoolisation fœtale \(TSAF\)](#)

### La consommation de substances durant la grossesse

Pour de plus amples renseignements sur la consommation d'alcool et d'autres drogues durant la grossesse, consultez :

- [Grossesse et consommation d'alcool \(HealthLinkBC File #38d\)](#)

### Consommation de substances durant l'allaitement

Pour des ressources sur l'allaitement et la consommation de substances, consultez :

- [L'allaitement maternel \(HealthLinkBC File #70\)](#)

### Soutien et orientation

L'orientation individuelle, en famille et en petit groupe est offerte aux gens de tous âges qui sont directement ou indirectement affectés par la consommation d'alcool et d'autres drogues. Vous pouvez appeler le Service d'information et de référence sur l'alcool et les drogues de la C.-B., ouvert 24 heures, au 604-660-9382 ou sans frais au 1-800-663-1441. Pour de plus amples renseignements sur la santé mentale et la consommation de substances, visitez :

- [HeretoHelp](#)

Si vous avez besoin d'autre soutien pour la santé mentale et la consommation de substances dans votre région, consultez le HealthLinkBC's FIND Services and Resources Directory.

- [FIND Services and Resources Directory](#)

**Dernière révision** : décembre 2017