

مصرف الکل و سایر مواد در دوره بارداری

هنگامی که باردار هستید یا قصد دارید باردار شوید، ایمنترین انتخاب است که به هیچ وجه الکل مصرف نکنید. نوشیدن الکل در دوره بارداری باعث می‌شود نوزادتان در معرض خطر اختلال طیف جنینی الکل (Fetal Alcohol Spectrum Disorder)، موسوم به FASD قرار گیرد. FASD یک اصطلاح چتری است که طیف ناتوانی‌های ناشی از مواجهه با الکل در دوره پیش از تولد را توصیف می‌کند. این بیماری، علت شناخته شده اصلی برای ناتوانی رشدی در کودکان است و ناتوانی‌های جسمی، یادگیری و رفتاری مادام‌العمر را در بر می‌گیرد.

همانند نوشیدن الکل در دوره بارداری، مصرف مواد در دوره بارداری یا شیردهی می‌تواند به نوزادتان آسیب برساند. این امر شامل مواد غیرقانونی است، اما می‌تواند سوء مصرف داروهای تجویز شده یا داروهای بدون نیاز به تجویز را نیز در بر بگیرد.

برای اطلاعات بیشتر در مورد FASD، مصرف الکل و مواد در دوره بارداری یا شیردهی و مراکز دریافت کمک، به منابع و وبسایت‌های درج شده در زیر سر بزنید.

اختلال طیف جنینی الکل (FASD)

برای کسب اطلاعات در مورد FASD و اثرات آن بر سلامت نوزادتان، به لینک‌های زیر سر بزنید:

- [ناهنجاری‌های جنینی ناشی از الکل \(HealthLinkBC File #38e\)](#)
- [سازمان بهداشت عمومی کانادا \(Public Health Agency of Canada\): اختلال طیف جنینی الکل](#)
- [وزارت رشد کودک و خانواده \(Ministry of Child and Family Development\): درباره اختلال طیف جنینی الکل](#)
- [سازمان سلامت کانادا \(Health Canada\): اختلال طیف جنینی الکل \(FASD\)](#)

مصرف مواد در دوره بارداری

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد مصرف الکل و مواد در دوره بارداری، به لینک زیر سر بزنید:

- [بارداری و مصرف الکل \(HealthLinkBC File #38d\)](#)

مصرف مواد در دوره شیردهی

برای اطلاع از منابع مربوط به شیردهی و مصرف مواد، به لینک زیر سر بزنید:

- [تغذیه با شیر مادر \(#70 HealthLinkBC File\)](#)

پشتیبانی و مشاوره

مشاوره به صورت فردی، خانوادگی و در گروه‌های کوچک به افراد تمام رده‌های سنی ارائه می‌شود که به طور مستقیم یا غیرمستقیم تحت تاثیر مصرف الکل و مواد هستند. می‌توانید در تمام ساعات شبانه‌روز از طریق شماره تلفن 604-660-9382 یا شماره تلفن رایگان 1-800-663-1441، با مرکز اطلاعات و خدمات ارجاع الکل و مواد بریتیش کلمبیا (BC Alcohol and Drug Information and Referral Service) تماس بگیرید. برای کسب اطلاعات درباره سلامت روان و مصرف مواد، به وبسایت زیر سر بزنید:

- [HeretoHelp](#)

برای دریافت کمک در زمینه سلامت روان و مصرف مواد در منطقه خود، در فهرست راهنمای خدمات و منابع سلامت بریتیش کلمبیا (HealthLinkBC's FIND Services and Resources Directory) جستجو نمایید.

- [فهرست راهنمای خدمات و منابع \(FIND Services and Resources Directory\)](#)

آخرین بازبینی: دسامبر 2017