

認識...

胎兒酒精中毒綜合症

Learn about...

Fetal Alcohol Spectrum Disorder

甚麼是胎兒酒精中毒綜合症？

胎兒酒精中毒綜合症 (Fetal Alcohol Spectrum Disorder, FASD) 是用來形容母親在懷孕時期飲酒、導致胎兒受到影響的一系列病症。個別症狀的名稱如下：

- 胎兒酒精綜合症 (Fetal Alcohol Syndrome, FAS)
- 局部胎兒酒精綜合症 (partial Fetal Alcohol Syndrome, pFAS)
- 酒精相關神經發展障礙 (Alcohol-Related Neurodevelopmental Disorder, ARND)
- 酒精相關先天性缺陷 (Alcohol-Related Birth Defects, ARBD)

沒有人確切知道多少份量的酒精會造成胎兒精神上與身體上的傷害。每位母親與胎兒都不一樣，但是，所有胎兒的腦部都很容易受到酒精影響，而且有些胎兒在攝取非常少量的酒精後也會受到影響。這就是為甚麼懷孕的女性（或是打算懷孕的女性）不應該飲用任何含有酒精成份的飲品，這是唯一能確保胎兒不會患有胎兒酒精中毒綜合症 (FASD) 的方法。

胎兒酒精中毒綜合症 (FASD) 有多普遍？

在加拿大，胎兒酒精中毒綜合症患者約佔總人口的 1%，也就是 35 萬人。這種病症並不局限於某一特定群體。胎兒酒精中毒綜合症患者分佈於各個年齡組別、經濟背景與各個族裔。

某些類型的胎兒酒精中毒綜合症會比其他類型更嚴重嗎？

胎兒酒精綜合症 (FASD) 是胎兒酒精中毒綜合症中最嚴重的一種。它牽涉到肢體畸形以及智力缺陷。然而，有些人相信其他形式的胎兒酒精中毒綜合症對於患者來說更為難受，因為他們的障礙不容易被人發現。因此，他們可能會因為看起來「正常」，卻不能像其他人一樣正常生活而被嘲笑或欺負。他們可能會面對社交、經濟或守法方面等自己無法掌控的問題，卻無法從他人身上得到支持或同情。



『沒有人確切知道多少份量的酒精會造成胎兒精神上與身體上的傷害。』

胎兒酒精綜合症有哪些徵兆？

患有胎兒酒精綜合症的嬰兒通常較為瘦小，體重較輕。他們也會有下列明顯的臉部特徵：

- 眼廓小
- 鼻子扁塌而且沒有鼻樑
- 鼻與上唇間平坦，沒有溝槽（即所謂人中）
- 上唇薄
- 耳朵大、位置低、耳殼外緣有多處小突起。

胎兒酒精綜合症患者在成長過程中可能會有其他缺陷，包括牙齒變形、視力與聽力問題等。

一個人可能有某些上述特徵卻沒有患上胎兒酒精綜合症，但是，如果一個人有**多項**上述所提的特徵，就很可能患上胎兒酒精綜合症。

胎兒酒精綜合症的其他徵兆包括：

- 行為方面的問題
- 感官綜合功能障礙（sensory dysfunction）
- 活動力過高 / 過低（hyper/hypo activity）
- 學習能力障礙（learning disabilities）
- 依附問題（attachment issues）

要明確知道一個人是否患上胎兒酒精綜合症的最好方法，就是進行正式的診斷檢查。想要了解更多胎兒酒精中毒綜合症的診症資訊，請瀏覽卑詩省兒童及家庭發展廳（BC Ministry of Children and Family Development）的網站：www.mcf.gov.bc.ca/fasd/assessment.htm。

其他形式的胎兒酒精中毒綜合症 有哪些影響？

患有其他形式的胎兒酒精中毒綜合症的人可能不會有任何生理上的異常或障礙，但可能會有學習與行為方面的問題。一般而言，胎兒酒精中毒綜合症患者會在以下這些方面遇到困難：

- 記憶事物
- 數字與金錢的加減
- 使用推理技巧
- 從經驗中學習
- 了解自己行為帶來的後果
- 與他人相處

胎兒酒精中毒綜合症患者 將面對甚麼問題？

胎兒酒精中毒綜合症患者可以正常成長，並且能掌握一些重要技能。他們可以是忠誠、友善、親切、有藝術天賦、而且擅長照料動植物方面的工作。但是大多數患者需要其他人終身的協助，例如完成學業、找到工作並持久留在職位上、管理自己的金錢，以及與他人交往。

受到胎兒酒精中毒綜合症影響的人往往會有精神健康疾病，還會觸犯法律。他們也比較容易染上喝酒與吸毒問題。因此，最終他們很更容易落得無家可歸、流落街頭。

然而，部份胎兒酒精中毒綜合症患者若獲得協助，亦可從事受薪工作或上學。

酒精是導致胎兒酒精中毒綜合症的 唯一原因嗎？

有些女性較為容易生育患有胎兒酒精中毒綜合症的嬰兒。最容易產下這類嬰兒的高危女性包括：

- 在懷孕期間喝酒的高齡母親
- 長期喝酒而且在懷孕期間喝酒的母親
- 節食、過瘦或缺乏營養，而且在懷孕期間喝酒的母親
- 有危險飲酒習慣的母親（也就是說會喝至酒醉、每天或經常定期喝酒、或是在喝酒時服用其他（致癮）物質）

「滴酒不沾」是能預防產下有胎兒酒精中毒綜合症嬰兒的唯一方法嗎？

胎兒酒精中毒綜合症的唯一成因是女性在懷孕期間喝酒。因此，能保證嬰兒不會患上胎兒酒精中毒綜合症的唯一方法就是避免喝酒。

在意外懷孕的情況下，女性可能會發現自己懷孕了，然後才想到自己之前曾經喝酒。根據某些研究人員的說法，在排卵後的頭 10 天，酒精轉移到胚胎的風險不高。

預防或減少胎兒酒精中毒綜合症發生的方法

1. 如果您沒有使用避孕措施，請不要喝酒。這樣的話，即使您懷孕了，您的寶寶也不會有任何患上胎兒酒精中毒綜合症的可能。
2. 如果您剛發現自己懷孕，而且到目前為止都有喝酒的習慣，請從現在開始避免喝酒。如果您需要外界協助來停止喝酒，請向您的醫生請教可選擇的治療方式以及可參加的支持小組，或者您可以透過上網、前往您的社區健康中心，或和家人朋友討論，自行尋找戒酒的方法。

您知道嗎？

- 只有母親飲酒會令胎兒患上胎兒酒精中毒綜合症，父親飲酒則不會。
- 胎兒酒精中毒綜合症不是遺傳性疾病，而且母親患有這類綜合症也不會傳給胎兒。
- 胎兒酒精中毒綜合症不會經由母乳傳染或轉移。但是，酒精本身會經由母乳轉移，而且會影響嬰兒，造成問題。
- 在已知的智力障礙成因中，胎兒酒精中毒綜合症為首要原因。



3. 如果您已經懷孕而無法完全戒酒，請盡您所能減少喝酒的次數與份量。如果您無法自己做到，請向醫療護理人員、輔導員、朋友或家人諮詢控制喝酒的方法。

如果您或您認識的人正面對胎兒酒精中毒綜合症的問題，該怎麼辦？

有關卑詩省內治療方案與資源的相關資訊，請致電**卑詩酒精和毒品資訊及轉介服務中心 (Alcohol and Drug Information Referral Service)**，免費長途電話：1-800-663-1441。大溫哥華地區則請致電 604-660-9382。

您也可以在卑詩省癮癮研究中心 (Centre for Addictions Research of BC) 的網站：www.carbc.ca，找到各種有關使用（致癮）物質的資訊。



**BC Partners for
Mental Health and
Addictions Information**

「卑詩省合作夥伴」（BC Partners）是一個由多家非牟利機構組成的團體，這些非牟利機構互相合作和提供優質的資料，幫助個人和家庭克服精神健康和（致癮）物質帶來的問題。團體成員包括卑詩省焦慮症協會（Anxiety Disorders Association of BC）、卑詩省精神分裂症協會（BC Schizophrenia Society）、加拿大心理衛生協會卑詩省分會（Canadian Mental Health Association's BC Division）、卑詩省癮癮研究中心（Centre for Addiction Research of BC）、霍斯兒童精神健康協會（F.O.R.C.E. Society for Kids' Mental Health）、耶西希望協會（Jessie's Hope Society），和卑詩省情緒病協會（Mood Disorders Association of BC）。「卑詩省合作夥伴」（BC Partners）由卑詩省衛生服務局（Provincial Health Services Authority）下屬的卑詩省精神健康及癮癮服務（BC Mental Health and Addiction Services）提供資助。
由卑詩省癮癮研究中心（Centre for Addictions Research of BC）編制