



Беременность
и наркотики



Беременность

и наркотики

Желание многих женщин испытать радость материнства, дать жизнь здоровому ребенку понятно и органично. Однако, если ты потребляешь наркотики, это может стать серьезным препятствием. Конечно, употреблять их или не употреблять — это твое личное дело, да и ребенка ты можешь хотеть или не хотеть. Но мы хотим дать тебе несколько советов и рассказать, как не допустить нежелательную беременность, минимизировать риск проблемной и не допустить рождения больного ребенка.

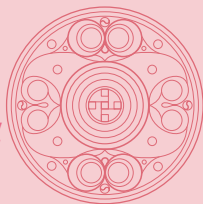
Если беременность желательна



Если беременность желательна, а сама женщина давно и целеустремленно идет к материнству — ей надо тщательно к ней готовиться. Планировать беременность будущим родителям стоит вместе, причём лучше всего не скрывать друг от друга имеющихся проблем со здоровьем. Перед планируемым зачатием хорошо бы пройти обследование **у терапевта**, сдать анализы (например, общий анализ мочи и крови, в том числе на предмет наличия сахара в крови), что поможет выявить скрытые хронические заболевания или установить развитие воспалительного процесса в организме — на фоне беременности хронические болезни очень часто обостряются, осложняя не только ее течение, но и влияя на внутриутробное состояние плода. В идеале, момент

зачатия не должен совпадать с периодом обострения болезней и приемом сильнодействующих медицинских препаратов и алкоголя. Очень важно обследоваться у **гинеколога** — наличие воспалительных заболеваний женских органов также может отрицательно сказаться на внутриутробном развитии ребенка. Рекомендуется сдать анализ из шейки матки на раковые клетки (онкоцитологию), мазок из влагалища на степень его чистоты (наличие воспаления и патологических микроорганизмов), пройти УЗИ органов малого таза (матки, яичников и маточных труб) и молочных желез. Планирование беременности лучше начинать за 3 месяца до зачатия.

Как не допустить незапланированной беременности?



Уберечься от незапланированной беременности несложно. Современная медицина предлагает множество различных средств, однако не все они могут дать эффект, особенно, если ты регулярно или даже время от времени употребляешь наркотики. У женщины, потребляющей наркотики, всегда более высокий риск нежелательной и незапланированной беременности, т.к. таким женщинам под воздействием наркотика сложно контролировать свое поведение. Нередки случаи, когда женщинам приходится расплачиваться за наркотики сексуальными услугами, да и случаев, когда они подвергаются сексуальному насилию, зафиксировано немало. В свою очередь, важно помнить, что употребление наркотиков и алкоголя приводит к тому, что в организме женщины происходят гормональные сбои, влияющие на регулярность менструального цикла. Наркотики, алкоголь, никотин действуют, в первую очередь, на структуры

головного мозга, которые непосредственно отвечают за регуляцию менструального цикла, а также на периферические органы (печень, поджелудочную железу, щитовидную железу и др.) в том числе и на половые (яичники, матку).

Помни! Чтобы избежать незапланированной беременности, необходимо предохраняться, но, если ты употребляешь наркотики, это требует особого подхода!
Посоветуйся с врачом!



Женщинам с нарушением менструального цикла не подходит физиологический метод предохранения (календарный метод, основанный на вычислении дней, благоприятных для зачатия, измерение температуры в прямой кишке по утрам для определения выхода яйцеклетки из яичника, а также измерение натяжения слизи из канала шейки матки перед овуляцией) — если ты часто «под кайфом», легко перепутать дни. Помни — выйдя из яичника,

яйцеклетка способна быть оплодотворенной около 24-х часов, а сперматозоид сохраняет активность от 3 до 5 суток!



Прерванный половой акт — тоже не выход, поскольку не всем и не всегда удастся вовремя остановиться. Кроме того, в семенной жидкости, которая выделяется до эякуляции, может содержаться небольшое количество сперматозоидов. Эффективность метода составляет около 75%. Если сперматозоид достиг яйцеклетки до семяизвержения, то беременность все равно произойдет.



Если ты применяешь гормональную контрацепцию, помни, что она несовместима с седативными веществами (опиатами, снотворными и транквилизаторами) и, даже, табакокурением, что снижает уровень защиты. Многие препараты (в том числе противотуберкулезные, противосудорожные) могут ослаблять действие гормональных таблеток, содержащих эстрогены (женские по-

ловые гормоны), и это приводит к повышению риска нежелательной беременности и/или усилению их вредного действия на печень и свертывающую систему крови. Кроме того, таблетки нужно пить ежедневно, без пропусков!



Внутриматочная система (спираль) — надежный метод длительного предохранения от беременности, но он не защищает от инфекций, которые передаются половым путем (в т.ч. ВИЧ/СПИД и вирусные гепатиты).




Во избежание незапланированной беременности, ВИЧ и ИППП женщинам, употребляющим наркотики, лучше прибегать к так называемому барьерному методу контрацепции — всем известному презервативу. Существуют также женские презервативы — ты можешь знать их под названием «фемидомы» — и их ты тоже можешь использовать.

Полини!

Если ты систематически употребляешь наркотики, месячные могут приобрести нерегулярный характер из-за нарушения регуляции менструальной функции на уровне головного мозга.

Однако даже если у тебя не бывает менструации, ты все равно можешь забеременеть — часто месячные бывают такими скудными, что, находясь «под кайфом», их можно просто не заметить. Поэтому велика вероятность обнаружить, что ты беременна, на поздних сроках, когда уже поздно что-то изменить.

Мифы и факты



Среди потребителей наркотиков бытует мнение, что у наркозависимых рождаются здоровые дети и что можно без проблем «торчать» всю беременность. Это не так. Все наркотические вещества оказывают влияние на организм как будущей мамы, так и ребенка!

Мнение специалистов: почему женщина, принимая наркотики, подвергает своего ребенка большелу риску?



Как уже говорилось, у женщины, употребляющей наркотики, выше риск незапланированной беременности, что повышает риск проблемного течения беременности и внутриутробных патологий ребенка.



Ежедневно принимая наркотики, женщина может часто забывать о времени приема необходимых лекарств и регулярных посещениях врача, что нередко мешает своевременно заметить и выявить любые осложнения беременности.



Часто женщины боятся обращаться к врачу из-за бытующего в обществе предубеждения, отсутствия доста-

точного количества специализированных центров, принимающих на лечение беременных наркозависимых женщин, страха задержания и простого отсутствия денег.



Хотя влияние наркотических средств на организм женщины изучено недостаточно, все исследователи сходятся во мнении, что употребление наркотиков во время беременности способно вызывать множественные патологии развития ребенка.



Как правило, женщины, зависимые от наркотиков, параллельно употребляют спиртное и табак, что наносит организму беременной женщины вред не меньший, чем наркотики. Никотин и алкоголь способствуют нарушению иммунитета, а это значит, что снижается способность организма бороться с различными инфекциями. Беременность всегда проходит на фоне изменения иммунитета, а если к этому добавляются дополнительные воз-

действия токсических веществ, то это приводит к обострению хронических процессов в организме (со стороны сердца, легких, печени, почек, сосудов), появлению анемии, присоединению инфекций в т.ч. вирусных, поражению плаценты, угрозе прерывания беременности, задержке развития внутриутробного плода, порокам развития его внутренних органов.



Очень часто женщины-потребители находятся в сложном материальном положении, поэтому у них меньше возможности сбалансировано питаться, принимать витамины и соблюдать режим дня.



Количество и частота случаев незапланированной беременности среди женщин, употребляющих наркотики, скорее всего, свидетельствует о распространенности практик незащищенного секса и указывает на уязвимость женщин к ВИЧ-инфекции и ИППП.

*Что же делать, если
нежелательная
беременность
все же наступила.*



*а ты принимала наркотики
перед и во время зачатия?*

1. Первым делом убедись, что ты в самом деле беременна. Самый простой способ — купи в аптеке специальный «тест на беременность». Сейчас их продается очень много, среди них есть достаточно недорогие, а точность их высока. Внимательно прочти инструкцию перед применением! Не откладывай проведение теста «на потом», особенно если менструации приобрели нерегулярный характер.

2. Если тест показал, что ты беременна — самое время сходить к врачу-гинекологу. Если у тебя есть сомнения, и ты боишься идти в женскую консультацию — обратись к социальному работнику из общественной организации, которая работает в твоём регионе. Такие организации успели наладить сотрудничество с местными

врачами: имея большой опыт работы с потребителями, они поймут все твои проблемы.

3. Лучше всего отказаться от употребления наркотиков, но делай это правильно! Если ты принимаешь опиаты — не отказывайся от них резко! Отмена опиатов может спровоцировать выкидыш или преждевременные роды. Период отмены более опасен для плода, чем само воздействие, поэтому **снижать дозу надо постепенно**, желательно под контролем врача. Если ты употребляешь стимуляторы — попробуй отказаться от них и делай это под контролем врача. Если такой вариант для тебя неприемлем — попробуй перейти на менее токсичные наркотики и более безопасные способы потребления (курение, вдыхание, проглатывание).

4. Если ты потребляешь опиаты и есть такая возможность — стань клиенткой программы заместительной терапии. Бытует заблуждение, что заместительная терапия (ЗТ) метадонем и бупренорфином несовместима с беременностью, однако международным стандартом лечения зависимости от опиоидов во время беременности является именно заместительная поддерживающая терапия метадонем, во многих странах также доказал свою эффективность

бупренорфин. ЗТ помогает предотвратить циклы интоксикации и отмены, которые наносят вред плоду, но надо помнить об обязательном контроле врача!

5. Если ты уже являешься клиенткой программы ЗТ — не прерывай лечение! Отмена заместительной терапии во время беременности чревата выкидышем, преждевременными родами и смертью плода, а также может означать возврат к потреблению нелегальных наркотиков еще более опасных для организма.

6. Откажись от табака и алкоголя! Эти стимуляторы отрицательно влияют на гормональный фон, головной мозг, сердечно-сосудистую и дыхательную систему, печень и на иммунитет мамы и ребенка!

7. Обязательно сдай все анализы на наличие инфекций, который тебе назначит врач. Минимальный их список таков (некоторые из этих тестов ты можешь пройти в общественной организации, предоставляющей услуги потребителям наркотиков в твоём регионе):

- Развернутый анализ крови и мочи, уровень сахара в крови, группа крови и резус-фактор.
- Ультразвуковое обследование плода.
- Тесты на сифилис, хламидиоз и гонорею.
- Тест на ВИЧ (обязательно с твоего согласия!).
- Желательны тесты на гепатит В, антитела к гепатиту С, туберкулез и опасные инфекции так называемой группы TORCH (токсоплазма, краснуха, цитомегаловирус, герпес, хламидии).

8. Регулярно наблюдайся у врача, старайся не пропускать назначенные встречи, посещай школу ответственного материнства, не пренебрегай консультациями психолога, постарайся на приеме быть максимально честной, не стесняйся задавать вопросы и говорить о жалобах, а при малейшем подозрении на ухудшение здоровья — обращай к врачу.





*Основные риски
для здоровья
беременной женщины
и новорожденного ребенка*

Беременность и ВИЧ



Если ты употребляешь наркотики, особенно внутривенно — это сопряжено с повышенным риском заражением ВИЧ-инфекцией. В этих случаях особенно важно обратиться в женскую консультацию для сдачи теста на ВИЧ в кратчайший срок.

Тест на ВИЧ

В женской консультации всем беременным предлагают сделать тест на ВИЧ. Однако важно знать, что кровь на это исследование сдается добровольно. Каждый человек имеет право отказаться от тестирования на ВИЧ, но в интересах будущего ребенка матери предпочтительнее иметь информацию о своем ВИЧ-статусе. Законодательство Украины обязывает медицинских работников соблюдать конфиденциальность при обследовании на ВИЧ. Все тесты на ВИЧ в кабинетах доверия и женских консультациях должны сопровождаться кон-

сультивированием (как перед тестом, так и при получении результатов). Это хорошая возможность больше узнать о ВИЧ, о современных методах профилактики.

Тестирование на ВИЧ проводится дважды — в момент постановки на учет, т.е. на 12-й неделе беременности и в 21-22 недель беременности.

Если ВИЧ обнаружен во время беременности, это не означает, что у твоего ребенка обязательно тоже будет диагностирован ВИЧ. Тем не менее, тебе следует незамедлительно обратиться за медицинской помощью, использовать все существующие в Украине возможности, чтобы ребенок родился здоровым и свободным от ВИЧ-инфекции.

Некоторые врачи могут убеждать тебя прервать беременность. Но принять подобное решение можешь ТОЛЬКО ТЫ САМА. К сожалению, еще часты случаи, когда врачи рекомендуют прервать беременность без объективных на то причин, возможно, в связи со своей некомпетентностью, либо предвзятым отношением. Помни — в любом случае нельзя принимать решения на основании консультации только одного врача, нужно обратиться к врачу, или

врачам, имеющим достаточный успешный опыт работы с женщинами, которые употребляют наркотики.

Полини! При своевременном обращении к врачу и приеме соответствующих препаратов риск передачи ВИЧ ребенку можно снизить до 0-2%. Ничего не предпринимая, мать подвергает ребенка опасности заражения ВИЧ в среднем в 30% случаев.

Если ты уже ВИЧ-позитивна

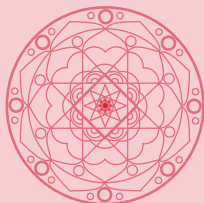
Если ты ВИЧ-позитивна и планируешь иметь ребенка, стоит обсудить свое желание с врачом Центра СПИД либо с акушером-гинекологом женской консультации. Тебе подберут оптимальную схему профилактики инфицирования будущего ребенка в зависимости от вирусной нагрузки в твоём организме. Кроме этого, при необходимости, тебе пролечат сопутствующие

заболевания (например, анемию), а также инфекции, передающиеся половым путем (если они будут выявлены). Врач определяет время начала и схему приема АРВ-препаратов, порекомендует оптимальный метод рождения ребенка (естественные роды или кесарево сечение), проконсультирует по вопросам выбора вскармливания ребенка.

Прием АРВ-терапии следует обсудить с лечащим врачом. Почему это важно? ВИЧ-позитивной женщине, планирующей материнство, не следует включать в схему АРТ некоторые препараты. Их применение на ранних сроках беременности может негативно повлиять на формирование нервной системы ребенка, поэтому за несколько месяцев до зачатия стоит перейти на прием менее токсичных препаратов.

Беременность не ухудшит твое состояние, связанное с ВИЧ. Постарайся правильно питаться, отказаться от курения и алкоголя, проводить больше времени на свежем воздухе, меньше нервничать, избежать инфекций... Впрочем, не менее важно постоянно находиться под контролем врача!

Прием наркотических средств



Мнение ученых

Считается, что беременные женщины, употребляющие наркотические вещества, более подвержены проблемам со здоровьем.

Проведенные исследования показали, что для таких женщин характерны быстрые и стремительные роды (наблюдались в 77% случаев), хроническая плацентарная недостаточность (57,5%), масса плаценты на 10–20% ниже нормы. В 95% случаев врачи констатировали факт инфекционного поражения плаценты, 85% новорожденных родились с дефицитом массы тела, у 81% была диагностирована задержка внутриутробного развития. У 95% новорожденных развивался абстинентный синдром¹.

¹ Олейник А.Ю., Гайдуков С.Н. Наркотики и беременность. Современные подходы к ведению и лечению наркозависимых женщин // Русский биомедицинский журнал. — Май. — 2002.

Полни! Не существует наркотиков, которые можно безопасно употреблять во время беременности!

Прием опиатов



Прием опиатов во время беременности может оказать прямое воздействие на плод, однако считается, что наибольшую опасность для беременной женщины может представлять резкий отказ от их употребления — отмена опиатов может спровоцировать выкидыш или преждевременные роды. Период отмены более опасен для плода, чем само воздействие опиатов.



Отмена наркотика может вызвать выкидыш в первые три месяца беременности, преждевременные роды — с 22-й недели беременности, и негативно воздействовать на здоровье плода.



Отказ от опиатов следует начинать с 12-ой недели, постепенно снижая дозу.



Большую опасность для здоровья женщин, однако, могут представлять собой различные химические примеси, используемые в процессе приготовления наркотиков в домашних условиях — определить их влияние на организм сложно, но известно, что они вызывают токсические и аллергические реакции в организме.



Опиаты могут передаваться с молоком матери и вызывать прямое негативное воздействие на ребенка. Абстинентный синдром у детей проявляется в виде озноба, обильных слизистых выделений из носа, сильного возбуждения, бессонницы, учащенного дыхания, плача.



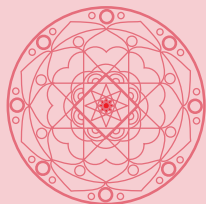
Если у женщины, употребляющей опиаты, есть такая возможность, то лучше перейти на заместительную терапию метадоном, или бупренорфином.

Прием амфетаминов и других стимуляторов

Хотя влияние амфетамина и ему подобных психотропных наркотических веществ на плод и организм беременной женщины до конца не изучено, доказано, что их употребление втрое повышает риск замедленного роста плода. Употребление стимуляторов во время беременности также повышает риск осложнений во время беременности, например, может вызвать преждевременные роды и проблемы с плацентой. Родившийся ребенок больше склонен к инфекционным заболеваниям, чаще страдает от задержек физического и умственного и психического развития.

Важно понимать, что стимуляторы оказывают влияние на организм женщины и такое же влияние на плод.

Влияния алкоголя и табакокурения на организм беременной женщины



Полини! Употребление наркотиков во время беременности является не единственным фактором, влияющим на здоровье будущего ребенка.

Если ты куришь и регулярно употребляешь спиртные напитки — сделай все возможное, чтобы отказаться от этих вредных привычек. Вред твоему будущему ребенку от никотина и алкоголя будет не меньше, чем от наркотиков!

Курение

Курение во время беременности может привести к множеству проблем:



развитие внематочной беременности из-за нарушения сократимости маточных труб;



повышенный риск спонтанного аборта вследствие недостаточной гормональной функции яичников, а на поздних сроках — угроза преждевременных родов по причине недостаточной гормональной функции плаценты;



опасность возникновения вагинального кровотечения (отслойка плаценты из-за нарушения кровообращения в ней);



развитие позднего токсикоза (преэклампсии) — отеки, повышение артериального давления, наличие белка в моче);



нарушение динамики родов (зачастую роды затяжные);



повышенный риск рождения ребенка с недостаточным весом из-за снижения в крови матери гемоглобина, белков, витаминов, минералов и других необходимых питательных веществ, а также из-за нарушения транспортной функции плаценты;



повышенный риск синдрома дыхательных расстройств у плода (когда легкие на вдохе не наполняются воздухом, а слипаются), синдрома внезапной смерти младенца, бронхита, пневмонии и отита среднего уха у детей;



активация канцерогенов в тканях плода, увеличивающая риск развития онкологических заболеваний у ребенка, затрагивающих, в частности, мозговую ткань и половую систему;



накопление токсических веществ в крови плода;



развитие физической и умственной неполноценности у ребенка, синдрома повышенной возбудимости с дефицитом внимания, нарушение сна, агрессивность, повышенная заболеваемость и смертность детей.

Алкоголь



Алкоголь проникает через плаценту в организм эмбриона (плод обладает ограниченной способностью в плане его переработки). Концентрация его в крови ребенка почти такая же, как и у матери, при этом выводится он значительно труднее, поскольку почки и другие органы выделительной системы еще не сформированы, а ферменты организма, которые у взрослого человека расщепляют алкоголь, несовершенны.



Алкоголь может вызывать токсическое поражение клеток головного мозга, печени и других органов и систем организма плода, провоцировать нарушения в развитии пуповины и плаценты.



Результатом употребления алкоголя в период беременности является повышенный риск спонтанного аборта и мертворождения, угроза возникновения пороков развития плода, развитие фетального алкогольного синдрома (задержка роста, умственная отсталость, специфические черты лица), высокой степени инвалидизации детей после рождения (дебильность, имбецильность, идиотия). Алкоголь передается с молоком матери!

Проблемы во время родов



Если у женщины есть длительный опыт приема наркотических средств, следует помнить, что во время родов ей может понадобиться обезболивание в более высоких дозах, поскольку восприимчивость к анальгетикам у нее зачастую весьма низка.



Следует предупредить врачей и акушеров, которые будут принимать роды у женщины-потребителя инъекционных наркотиков, о том, что у роженицы могут возникнуть проблемы с внутривенными инъекциями, поскольку вены у таких женщин, как правило, в очень плохом состоянии. Заранее предупреди медиков о своих «рабочих» венах.

Полни! В значительной степени негативное воздействие на организм женщины во время беременности обусловлено плохим питанием и условиями жизни, сложными отношениями внутри семьи, а не употреблением наркотиков, как было принято считать ранее. Поэтому, если ты хочешь родить здорового и полноценного ребенка — многое зависит от тебя самой!

Измени себя!



Не забывай — беременность может оказаться идеальным вариантом, чтобы со временем полностью избавиться от наркозависимости. Конечно, бросить наркотики сложно. Не так просто и сразу попасть на программу лечения и даже заместительной терапии. Но очень много зависит от тебя самой, твоего желания улучшить состояние своего здоровья и здоровья своего будущего ребенка.

Простые шаги по снижению вреда:



Старайся полноценно питаться — тебе нужна сбалансированная диета, регулярное употребление витаминов, особенно фолиевой кислоты (витамина В9). Ее много в овощах с тёмно-зелёными листьями (шпинат, брокколи, петрушка, капуста,

зеленый лук), грецких орехах, моркови, говяжьей печени, печени трески, яичных желтках. Ежедневный прием фолиевой кислоты значительно уменьшает риск пороков развития нервной системы у плода. Желательно начать принимать препарат за несколько месяцев до зачатия.



Старайся избегать стрессовых ситуаций и конфликтов, хорошо высыпайся.



Узнай как можно больше о последствиях употребления наркотиков во время беременности — тут тебе во многом помогут социальные работники общественной организации и врачи, имеющие опыт работы с потребителями наркотиков. Для тебя очень важно найти человека, который поймет тебя, выслушает и поддержит в твоём стремлении родить здорового ребенка. Помни о возможности посещения психолога.



По возможности сократи до минимума количество потребляемого табака и алкоголя.



Если ты не можешь отказаться от наркотиков, пытайся делать всё с минимальным риском для себя:

- избегай наркотиков, в степени чистоты которых ты не уверена, или с неизвестными ингредиентами;
- если возможно — перейди на неинъекционные наркотики;
- под контролем врача ты можешь **плавно** снижать дозу — помни при этом о вреде резкого прекращения употребления!
- При желании ты можешь пройти детоксикацию с помощью медикаментов в больнице и покончить с наркотиками на третьем месяце беременности. В таком случае ребенок рождается без признаков «ломки».



Помни, после рождения ребенка необходимо, чтобы твой организм восстановился перед следующими родами, у женщины с ВИЧ-статусом или опытом употребления наркотиков на это в среднем уходит 2–3 года, подробнее тебе расскажет врач.

И главное — беременность и рождение ребенка — это всегда хороший повод переосмыслить свою жизнь, оценить перспективы новой жизни, шанс начать жизнь без наркотиков. Конечно это сложно, но ведь попробовать можно всегда.

Полни! Те условия, в которые мать и новорожденный попадают после родов, также оказывают серьезное воздействие на развитие ребенка. Ты и твой ребенок должны быть максимально здоровы, чтобы комфортно жить в нашем мире. Не усугубляй свои проблемы, постарайся найти их правильное решение и ты получишь главную награду в жизни женщины — счастливые глаза своего здорового ребенка. Задумайся о будущем своего ребенка!

Если тебе понадобится
дополнительная информация —
обращайся к врачу
или социальному работнику организации,
работающей с потребителями наркотиков.

**Контактная информация
по твоему региону:**

© Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине, 2011
Распространяется бесплатно. Тираж 20 000 экз.

Текст: Юлия Юдина, Мирослава Андрущенко

Огромная благодарность Елене Полухинских
и коллективу организации «Виртус»
за предоставленную информацию и материалы,
а также Людмиле Шульге за правки и комментарии.

При написании брошюры использованы материалы
Европейской сети снижения вреда:
[http://harm-reduction.org/ru/hub/knowledge-hub/
treningovye-moduli-essv/1645-razvitie-servisov-dlja-
zhenshchin-pin.html](http://harm-reduction.org/ru/hub/knowledge-hub/treningovye-moduli-essv/1645-razvitie-servisov-dlja-zhenshchin-pin.html)

Особая благодарность участникам фокус-групп во Львове,
Одессе, Черновцах за высказанные комментарии и
предложения.

Дизайн: Ольга Миколайчук
Верстка: Екатерина Косьмина

Публикация подготовлена и издана в рамках программы
«Поддержка профилактики ВИЧ и СПИД, лечения и ухода
для наиболее уязвимых групп населения в Украине»,
поддержанной Глобальным фондом для борьбы со
СПИДом, туберкулезом и малярией

Круглосуточный и бесплатный
телефон доверия
по вопросам ВИЧ/СПИД:

0 800 500 451



Альянс 10 лет
поддержки сообществ

Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине