

NEUNKIRCHER RUNDSCHAU

Unvereinbar: Schwanger sein und trinken

Das Neunkircher Caritas-Beratungsteam Wiesel macht auf die Gefahren von Alkohol während der Schwangerschaft aufmerksam.



Sport und Bewegung sind für Kinder und Jugendliche aus suchtbelasteten Familien besonders wichtig. Das Beratungsangebot Wiesel des Caritasverbandes Schaumberg-Blies, hier einer der Neunkircher Teilnehmer beim Basketball, hat für die COA-Woche sportliche Freizeitangebote vorbereitet. FOTO: MEESS

NEUNKIRCHEN | Ein Schlückchen Sekt an Silvester zum Anstoßen oder ein Glühwein nach der Winterwanderung – das kann doch nicht so schlimm sein, wenn man schwanger ist, oder? Eine Frage, die Janina Meeß und ihre Kolleginnen von „Wiesel“, dem präventiven Angebot des [Caritasverbandes Schaumberg-Blies](#) für Kinder aus suchtbelasteten Familien, mit einem entschiedenen „doch“ beantworten werden. Denn Alkoholkonsum in der Schwangerschaft kann beim ungeborenen Kind das fetale Alkoholsyndrom (FAS) auslösen und das Kind lebenslang schädigen. Auch schon kleinere Mengen können in der Schwangerschaft bedenklich sein, weil Alkohol ein Zellengift ist.

Manche Schäden sind bei der Geburt kaum zu erkennen und werden erst im Verlauf der Kindheit deutlich. Diese Kinder seien oft körperlich und geistig beeinträchtigt, berichtet die systemische Therapeutin, die seit Jahren verantwortlich die [COA-Aktionswoche](#) (siehe Info) betreut. Viele Symptome ähneln denen von ADHS, deshalb kommt es zu Fehldiagnosen. Wenn das Syndrom nicht erkannt und diagnostiziert werde, würden diese Kinder oft von anderen gehänselt und fühlten sich minderwertig. Weil eine Diagnose so wichtig sei, haben sich die saarländischen Teilnehmer an der COA-Aktionswoche, die in diesem Jahr unter dem Motto „Schluss mit dem Stigma“ steht, ein eigenes Unterthema überlegt. „Wir wollen auf die Gefahren von Alkohol in der Schwangerschaft aufmerksam machen“, erklärt Janina Meeß im SZ-Gespräch.

In der kommenden Woche finden viele Aktionen im Saarland zu diesem Thema statt. Das Neunkircher Team von Wiesel mit Meeß, Corinna Oswald und Anna-Lena Glößner hat einen Schwerpunkt seiner Aktionen auf das Sozialpflegerische Berufsbildungszentrum in der Neunkircher Parkstraße gelegt. In einem Klassenzimmer sind Stationen zu verschiedenen Bereichen aufgebaut, die fünf Klassen durchlaufen werden. Der Film „Blau im Bauch“ zeigt, was passiert, wenn eine werdende Mutter Alkohol trinkt: Der Fötus trinkt mit, und der Alkohol gelangt direkt in den Blutkreislauf.

Bei ihrer Arbeit hat Janina Meeß festgestellt: „Die Gefahren sind vielen Men-

schen nicht ganz klar.“ So wüssten viele junge Menschen nicht, wie viel Alkohol in welchem Getränk ist. „Wir wollen die jungen Menschen dafür sensibilisieren, dass auch ein Glas Rotwein nicht okay ist, wenn man schwanger ist.“ Ganz plastisch zeigt das Ei-Experiment, was mit den Zellen passiert: Das Eiweiß in einem Glas klumpt sofort, wenn Alkohol darauf geträufelt wird. Eine Statement-Übung rundet die Aktion im Berufsbildungszentrum ab. Sich zu behaupten, wenn alle anderen Alkohol trinken, will ebenfalls gelernt sein.

Das Neunkircher Wiesel-Team hat sich für „seine“ Kinder und Jugendlichen, die in einer suchtblasteten Familie aufwachsen, in der COA-Woche etwas Besonderes ausgedacht. Da Sport und Bewegung so wichtig sind, diese aber oftmals keinen oder einen schwierigen Zugang zu Vereinen haben, wird ein Sportstudent in der nächsten Woche gute Tipps fürs Training zu Hause oder im Freien geben. Etwa, wie man mit gefüllten Wasserflaschen im Wohnzimmer trainieren oder sich im Wald sportlich betätigen kann.

Um den Kontakt zu jungen Menschen zu finden, verstärkt der Caritasverband Schaumberg-Blies seine Social-Media-Angebote. „Mit Flyern kann man heutzutage nicht mehr um die Ecke kommen“, sagt Janina Meeß lächelnd. Während der COA-Woche werde jeden Tag ein anderes Thema auf [Tiktok](#) hochgeladen. Dafür hat das Team bereits einige Videos selbst produziert. Zum Beispiel, wie man alkoholfreie Cocktails selbst mixt.

Therapeutin Meeß betont noch einmal, wie wichtig es für das Selbstempfinden der Kinder ist, dass die Gründe für ihre Beeinträchtigungen erkannt und benannt werden. „Je länger dies ein Geheimnis bleibt, desto mehr Schuld- und Schamgefühle entwickeln die Betroffenen.“ Außerdem gebe es inzwischen auch im Saarland ein fast flächendeckendes Hilfsangebot. Die Diagnose Fetales Alkoholsyndrom sei quasi die Eintrittskarte für dieses Hilffssystem.