



**임신부의 음주,
절대 안돼요!**



혈액순환에 좋으니까...

술 자리 분위기 맞춰야지!

스트레스 해소에 좋으니까...

흑맥주는 철을 보충해준다니까...

와인 한 잔은 몸에 좋다니까...

임신부와 술에 대한 많은 말이 있습니다.

하지만 그대로 믿었다간 큰일 날 수 있어요!

가임기 여성(19-49세)의 음주율



출처: 질병관리본부, 2014 국민건강통계

현재 우리나라 가임기 여성의 절반 이상이
한 달에 1회 이상 음주하고 있습니다.

A close-up photograph of a pregnant woman's midsection. She is wearing a red, long-sleeved dress. Her right hand is holding a glass of red wine, which is partially filled. The background is dark and out of focus.

**임신 중 한 번이라도 음주한 사람의 비율은
50%이며, 임신 초기에 임신 사실을 모르고
술을 마신 경우도 약 37%에 달합니다.**



그러나 임신 중 음주는 아기의 정상적인 성장을
방해하는 심각한 원인 중 하나입니다.

알코올은 어떤 영향을 줄까요?



임신 중 음주, 왜 위험할까?



임신부 음주

- 영양이 풍부한 다른 음식을 덜 먹게 되어 부실한 식사가 되기 쉽습니다.
- 섭취한 영양소의 대사를 방해합니다.

임신부가 술을 마시면 아기에게
좋은 영양을 제공하기 어려우며, 이로 인해
유산, 저체중아 출산, 사산 등을 유발할 수 있습니다.

임신 중 음주가 아기에게 미치는 영향

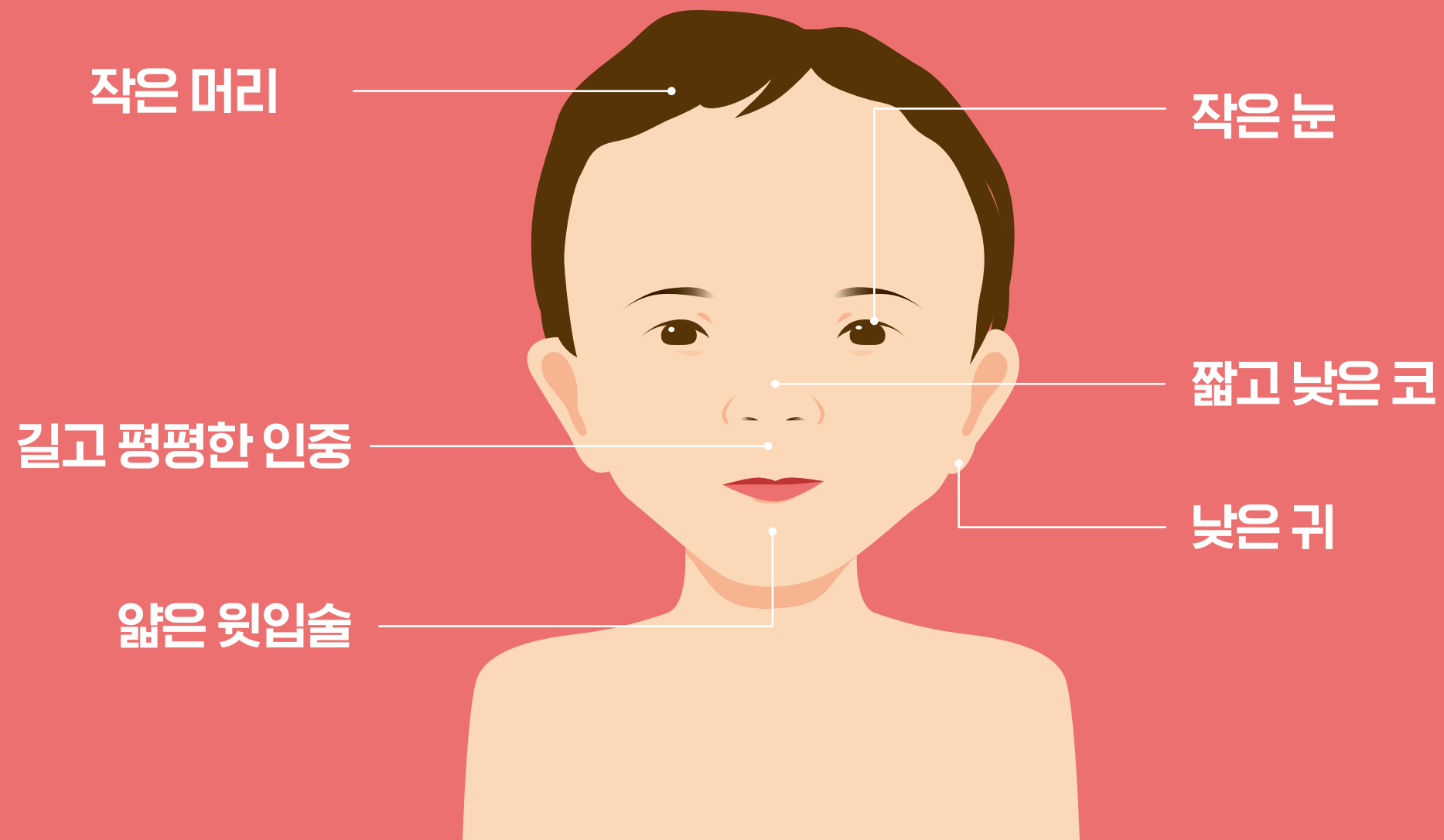


알코올은 태아의 뇌세포에 **산소공급을 차단하여**
뇌 발달에 손상을 줍니다. 그 결과 아기가
태어난 후 학습장애가 나타날 수 있습니다.



특히 임신 초기 술을 많이 마시는 경우
태아알코올증후군이 나타날 수 있습니다.

태아알코올증후군(Fetal Alcohol Syndrome, FAS)이란?



태아가 알코올에 중독되어 특징적인 안면 이상과
중추신경계 이상의 증상을 나타내는 경우를 말합니다.

혹시 무알코올 맥주는 괜찮지 않냐고요? **NO!**
알코올 함량이 1% 미만인 맥주는
무알코올로 표시하므로, **절대 안전하지 않습니다.**





이미 아기에게 생긴 **장애를 완전히 없애는 치료법은 없습니다.** 임신 동안 금주하는 것이 가장 중요하며 가족이 함께 노력해야 하는 문제입니다.

꼭 지켜주세요!

1

아기의 성장 발달을 위해 임신부 음주 절대 금지

2

술을 끊기 어려운 경우 남편 등 주위의 도움 받기

