



# Undersøkelse om alkohol i svangerskapet



**NOTAT 3:2016**

# Innledning

Eksponering for alkohol under svangerskapet kan føre til en rekke negative konsekvenser for barnet, noen også livsvarige.

Konsekvenser av eksponering for store mengder alkohol er godt kjent. Det er imidlertid fortsatt usikkerhet knyttet til hvordan små mengder alkohol under svangerskapet påvirker fosteret og barnets senere utvikling. Basert på føre var-prinsippet har kvinner i mange land, blant annet Norge, blitt rådet til å avstå helt fra alkohol når de er gravide. Til tross for slike anbefalinger finner denne studien at en betydelig andel kvinner drikker når de prøver å bli gravide, i tillegg til et begrenset antall kvinner som også drikker i svangerskapet.

Det er ingen som helt sikkert vet hvor sårbart barnet i magen er for selv svært små mengder alkohol. Det aller tryggeste valget er derfor totalavhold gjennom svangerskapet.

Med dette som premiss har de norske helsemyndighetene valgt å ha en relativt lite avskrekkende form på sine kampanjer. Actis

mener funnene i denne undersøkelsen tyder på behov for mer nøktern informasjon om hvilke skader barnet kan få ved alkoholbruk, selv ved små mengder.

Dette kan riktignok medføre bekymring hos vordende mødre og kanskje dårlig samvittighet hos andre. Det vil derfor bli særlig viktig å gjøre tydelig at det er snakk om risiko for skader.

Formålet med undersøkelsen TNS Gallup har gjennomført for Actis - Rusfeltets samarbeidsorgan er å få mer kunnskap om forekomst av alkoholbruk under svangerskapet og kvinners holdninger til og kunnskaper om alkohol og graviditet.

Vi håper funnene i undersøkelsen kan bidra til mer oppmerksomhet om temaet alkohol og svangerskap.

Oslo, juli 2016

Actis - Rusfeltets samarbeidsorgan

# Sammendrag

- På spørsmål om de drakk alkohol under svangerskap med siste barn, sier 14 prosent at de drakk.
- Av de som sa de drakk, sa syv av ti at de drakk et glass vin/øl eller mindre. Om lag to av ti sa de drakk tre glass vin eller mer.
- En av tre kvinner svarer at de er helt eller delvis uenig i at de kuttet ut alkohol da de prøvde å bli gravide.
- Om lag ni av ti mener man bør avstå helt fra alkohol under svangerskapet. Like mange sluttet helt å drikke da de fikk vite at de var gravide.
- 14 prosent har unngått sosiale lag under graviditeten for å slippe spørsmål om alkohol.
- En av ti sier de ble oppfordret av venner til å drikke mens de var gravide.
- Hver fjerde kvinne har ikke hatt samtale om alkoholbruk med helsepersonell i siste svangerskap.
- Til sammen 16 prosent er helt eller delvis uenige i påstanden om at de hadde en samtale med helsepersonell om de negative konsekvensene av alkoholbruk under svangerskapet.
- De som går utelukkende til lege under svangerskapet, har i mindre grad hatt samtaler om alkohol enn de som går til jordmødre og helsesøstre (10 prosent mot 24 prosent).
- En av tre mener at enkelthendelser med drikking ikke er skadelig for fosteret, eller vet ikke om det er skadelig.
- Nær halvparten kjenner ikke til flere av de alvorligste skadene barn kan påføres ved alkoholbruk under svangerskapet, som hjerneskade, motoriske skader, ADHD, misdannelser i organer og spesielt utseende.

## Resultater

### Alkoholbruk før og under graviditet

På spørsmålet om kvinnene drakk alkohol før svangerskapet/før de visste at de var gravide eller var totalt avholdende, svarte 65 prosent at de drakk alkohol før svangerskapet, 15 prosent at de i perioder var totalt avholdende og 20 prosent var totalt avholdende.

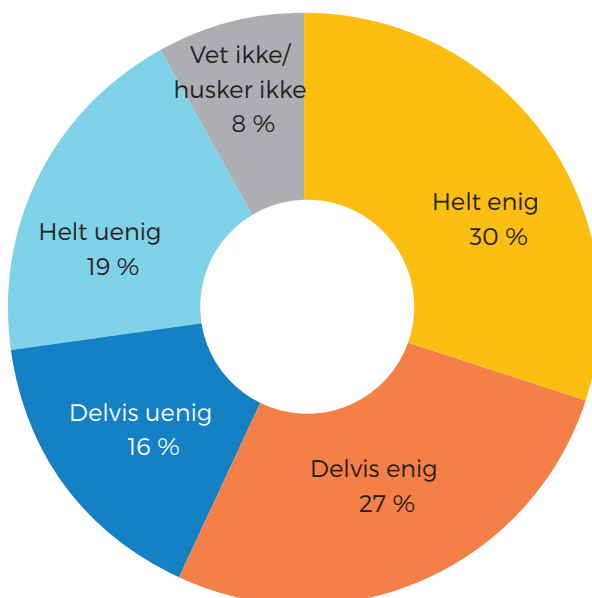
Av de som drakk alkohol eller var periodevis totalavholdende svarer 30 prosent «helt enig» i at de kuttet ut alkohol da de prøvde å bli gravide. 27 prosent er delvis enig, mens 35 prosent er delvis eller helt uenige.

Figur 1 kan forstås som at en av tre kvinner (35 prosent) med høy sannsynlighet kan ha drukket i de første ukene av svangerskapet, mens de ennå ikke har fått bekreftet graviditeten.

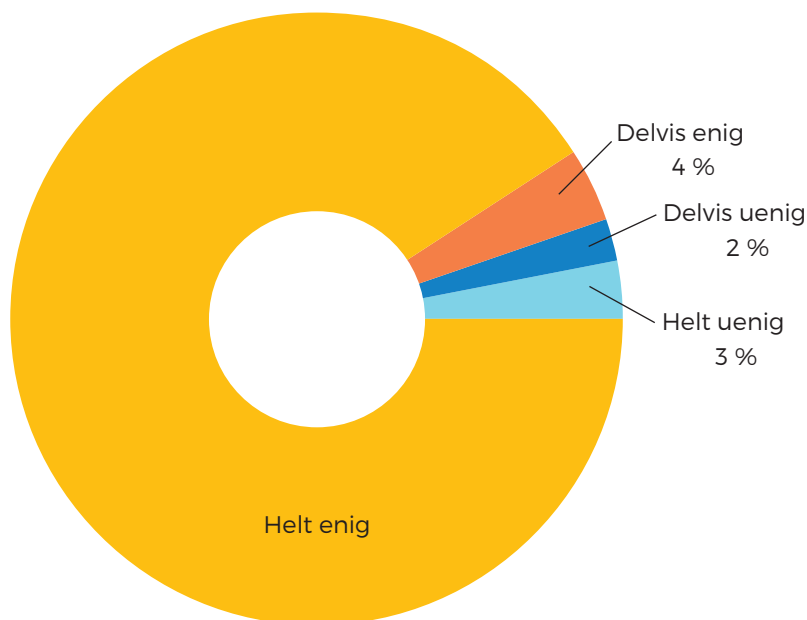
På spørsmålet om man drakk en eller flere ganger under svangerskapet, svarte 14 prosent av kvinnene ja på at de drakk (78 personer).

Slik figur 3 viser, er det vanligste å drikke ved spesielle anledninger, noe som kan indikere at alkohol under svangerskapet er sosialt betinget.

FIGUR 1: Jeg kuttet ut alkohol da jeg prøvde å bli gravid.



FIGUR 2: Jeg sluttet helt å drikke da jeg fikk vite at jeg var gravid.

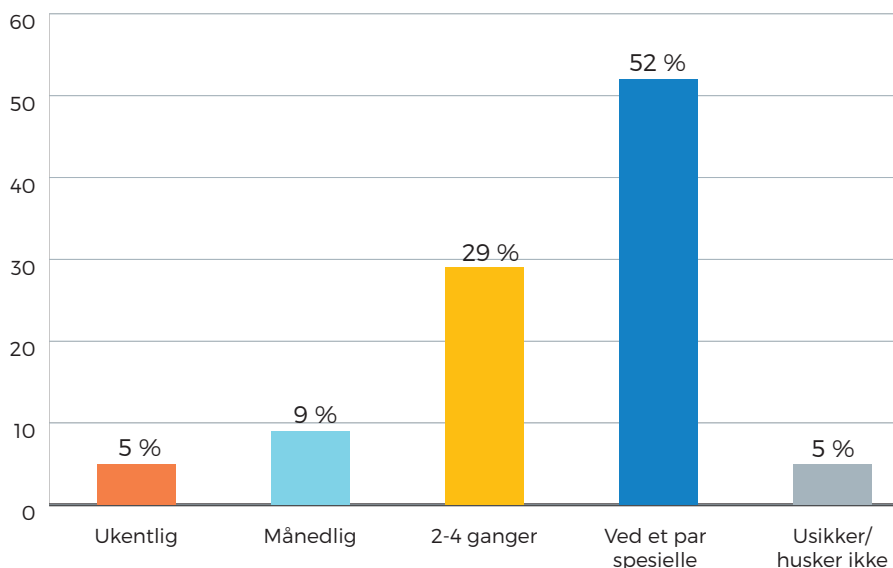


Av de 78 personene som sa de drakk en eller flere ganger under svangerskapet, sa 71 prosent at de drakk et glass vin/øl eller mindre. Det vanligste var å oppgi at man drakk et halvt glass vin/øl (37 prosent).

21 prosent sa at når de drakk, drakk de tre glass vin eller mer.

Fellestrekk ved gruppen som sa at de drakk under svangerskapet, er at mange bor i Oslo/Akershus, at de bor sammen med ektefelle/samboer og barn og at husstandens samlede årsinntekt var høy. At drikking under svangerskapet er et uttrykk for sosialt fellesskap, kommer kanskje frem ved at det er de som bor med ektefelle og samboer som drikker oftere.

FIGUR 3: Hvor ofte drakk du alkohol i svangerskapet?

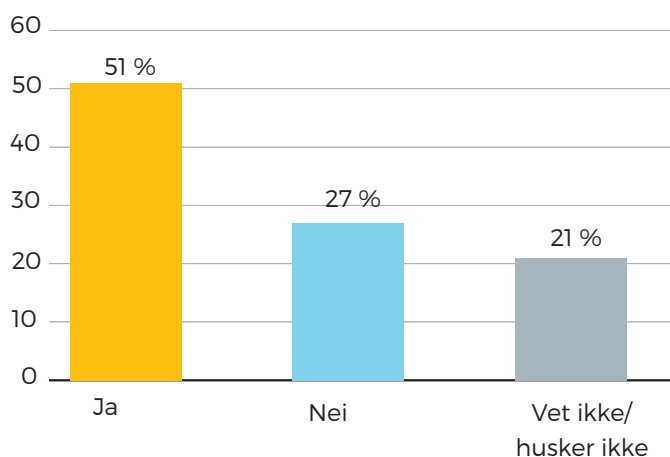


## 1 av 4 har ikke hatt samtale om alkohol

Både lege og helsestasjon er hyppig brukt, og mange bruker både lege og helsestasjon under graviditeten. Halvparten av kvinnene i utvalget har hatt samtale med helsepersonell om alkoholbruk i løpet av svangerskapet med siste barn. 27 prosent har ikke hatt en slik samtale (figur 4).

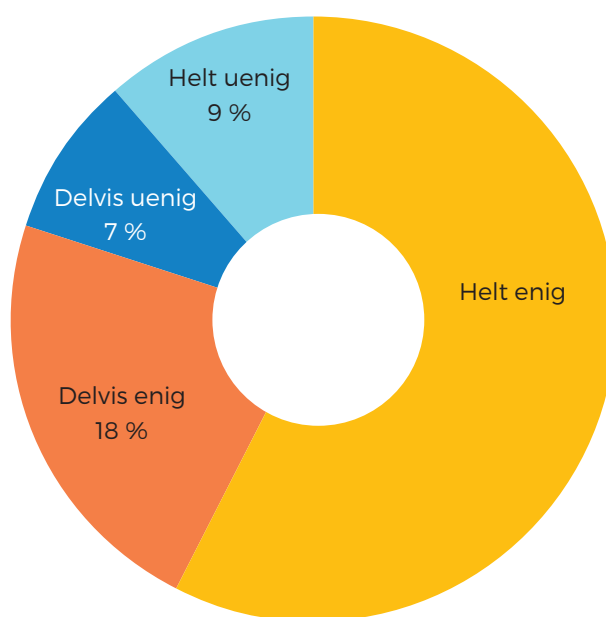
Det er flest i alderen mellom 30 og 44 år (38 prosent) som har hatt samtale om alkohol. Færre under 30 har hatt en slik samtale (11 prosent), og færrest var de over 45 (2 prosent). At yngre mødre i mindre grad har samtaler (11 prosent) enn eldre kan være særlig bekymringsfullt, ettersom yngre ser ut til å ha mer liberale holdninger til alkohol under svangerskap (se avsnittet Alder og utdanning påvirker holdninger).

Figur 4: Hadde du en samtale med helsepersonell om alkoholbruk i løpet av siste svangerskap?

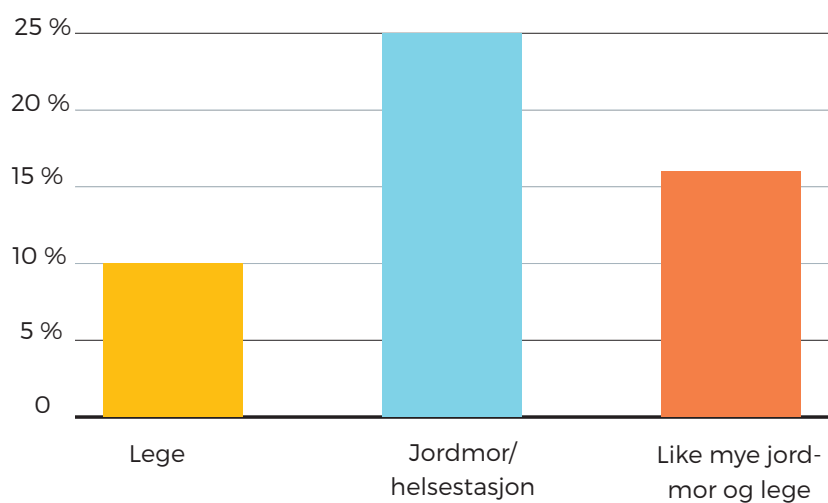


Som det fremgår av figur 5, er 16 prosent helt eller delvis uenige i at de har fått informasjon om negative konsekvenser av alkoholbruk i svangerskapet. Også her ser vi at aldersmønsteret gjentar seg, ved at færre yngre har fått informasjon om skader.

Figur 5: Jeg ble informert av helsepersonell om de negative konsekvensene ved alkoholbruk under svangerskap.



Figur 6: Hvem hadde du samtale med om alkoholbruk?



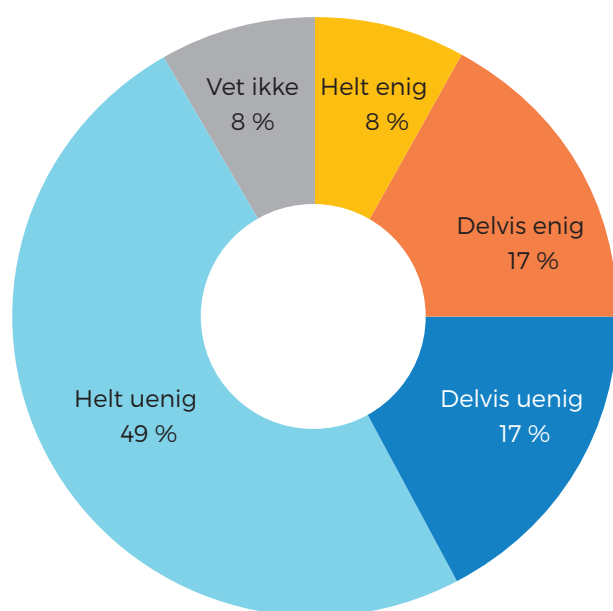
## Leger informerer mindre

Av alle de spurte hadde flest samtale hos jordmor/helsestasjon om alkoholbruk i svangerskapet (figur 6). De som går utelukkende til lege under svangerskapet, har i mindre grad hatt samtaler om alkohol. 10 prosent svarer bekreftende hos lege, mens 24 prosent svarer at det har hatt samtale hos jordmor og helsesøster. Mønsteret er tilsvarende for spørsmålet om man ble informert om skader fra alkohol, der legene halvparten så ofte informerer om dette.

## «Gravide skal ikke drikke»

Totalt er det en av fire som ikke mener at enkelthendelser er farlig for fosteret (figur 8). Tar man med andelen som svarer «vet ikke», er det en av tre som ikke mener eller ikke vet om enkelthendelser er skadelig for fosteret.

FIGUR 8: Det er gjentatt alkoholbruk som er skadelig for fosteret, ikke enkelthendelser.



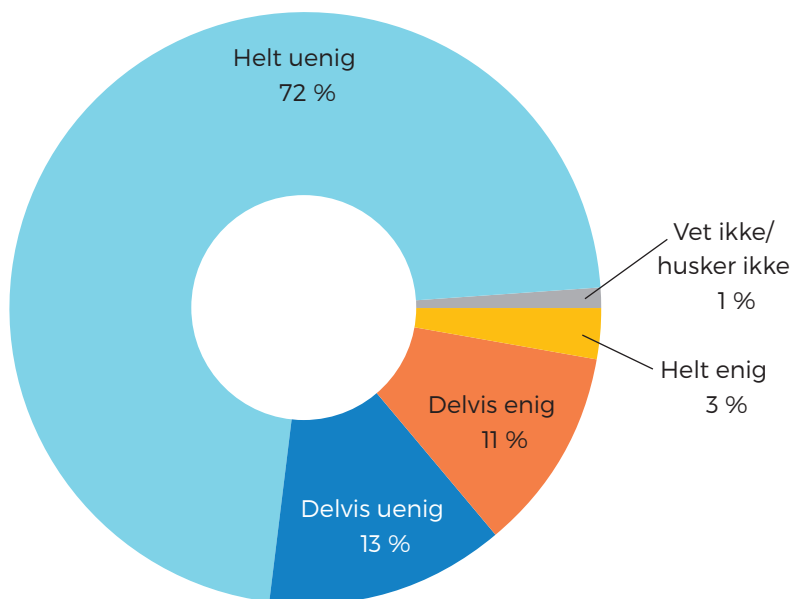
På et annet spørsmål er 85 prosent helt eller delvis uenig i at gravide kvinner kan drikke et glass vin til middag. 13 prosent er helt eller delvis enig, og 2 prosent vet ikke.

Ved påstand om at det er greit å drikke tidlig i svangerskapet, eller sent i svangerskapet så lenge man ikke blir beruset, er et stort flertall helt uenig, henholdsvis 86 prosent (tidlig i svangerskapet) og 90 prosent (sent i svangerskapet). Mange av de resterende er delvis uenig. Hva angår spørsmål om gravide kvinner bør avstå helt fra alkohol, er 95 prosent helt eller delvis enig i dette.

## Gravide opplever drikkepress

14 prosent svarer at de er helt eller delvis enige i påstanden om at de har unngått sosiale arrangementer for å slippe spørsmål om alkoholbruk i forbindelse med svangerskapet (figur 9). Det kan se ut som kvinner kan oppleve drikkepress når de er gravide.

FIGUR 9: Jeg unngikk sosiale arrangementer med jobb eller venner under graviditeten for å slippe spørsmål om alkoholbruk.



På en lignende påstand om man ble oppfordret av venner eller kolleger til å drikke alkohol når man var gravid, for eksempel å ta et glass i festlig lag, svarer 9 prosent at de er helt/delvis enige, 4 prosent var delvis uenig og det store flertallet er helt uenig (85 prosent).

Unge ser ut til oftere å unngå sosiale arrangementer fordi de ikke vil ha spørsmål om alkohol. Mens 23 prosent av de som var under 30 var enige eller delvis enige i at de hadde unngått dette, var andelen for gruppen 30-44 år 12 prosent. Mønsteret gjentok seg ved spørsmål om man ble oppfordret av venner til å ta et glass i festlig lag. Her ble 18 prosent av den yngste aldersgruppen oppfordret, mens 6 prosent i den eldre aldersgruppen opplevde tilsvarende.

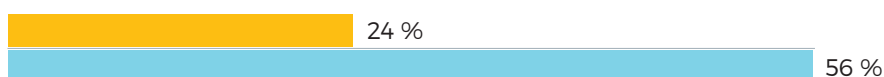
Tallene viser at drikkepress er en realitet for et ikke ubetydelig mindretall.



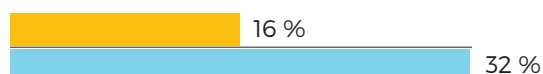
## Alder og utdanning påvirker holdninger

Det er flere eksempler fra undersøkelsen som viser at unge kvinner kan ha en mer alkoholliberal holdning enn eldre (se figur 10,11 og 12).

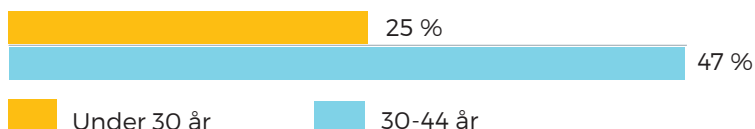
Figur 10: Gravide kvinner bør avstå helt fra alkohol, «helt enig».



Figur 11: Det er gjentatt alkoholbruk som er skadelig for fosteret, ikke enkelthendelser, «helt uenig».



Figur 12: En gravid kvinne kan ta et glass vin til middag, «helt uenig».



Liknende mønster gjelder for de unges holdninger om å drikke tidlig og sent i svangerskapet. Det er kjent at unge voksne har en mer liberal holdning, kanskje fordi de har færre forpliktelser. Men fra hva vi vet om drikkemønstre for rundt ti år tilbake, steg alkoholbruken vesentlig blant yngre ungdom i første del av 2000-tallet. Disse ungdommene kan ha fått med seg vaner som de nå tar med seg inn i livet som ung voksen.

Ser man på holdningsspørsmålene knyttet til om gravide kan ta et glass vin og om man bør kutte ut alkohol helt, ser det ut til at det er et mønster der grad av forsiktighet/restrikтив tilnærming følger grad av utdanning inntil kategorien «universitets-/høgskoleutdanning med inntil fire års varighet». De som har lengre utdanning enn dette, er mindre restriktive enn de med fire års utdanning.

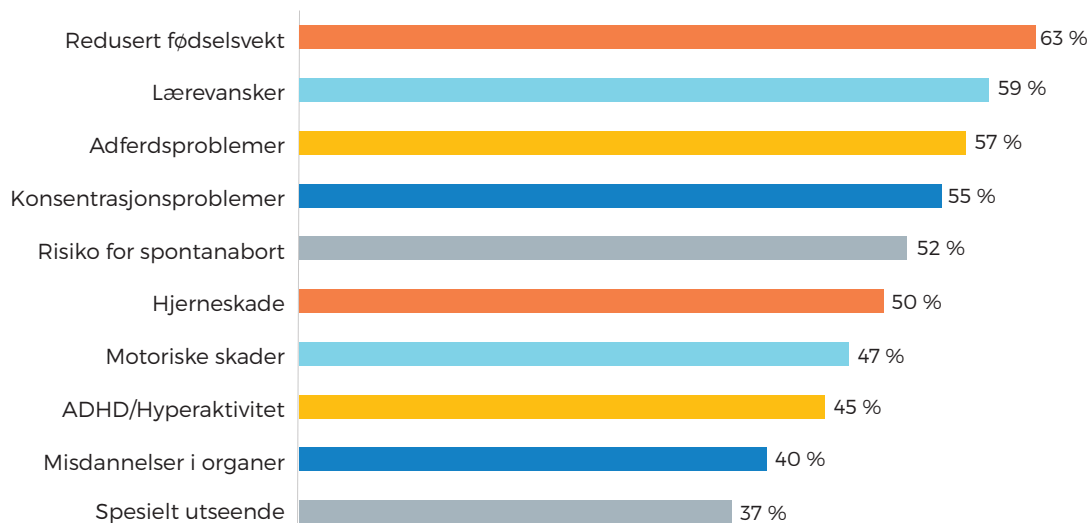
Totalt sett indikerer holdningsspørsmålene at det er en utbredt oppfatning at alkohol og svangerskap ikke hører sammen, verken tidlig eller sent i svangerskapet, eller i små mengder. Det tyder på at det er mye godt informasjonsarbeid som gjøres overfor gravide kvinner.

Det ser imidlertid ut som det er et unntak for denne holdningen når alkoholen kommer i svært små mengder, for særskilte anledninger og før graviditet er påvist. Videre er det for unge under 30 år ikke en like stor selvfølge å ikke drikke når man er gravid. Ulikhet i aldersgruppenes holdninger gir imidlertid ikke utslag i hvem som drikker under svangerskap.

## Mangler kunnskap om skaderisiko

I undersøkelsen har deltakerne blitt bedt om å svare på hvilke skader hos barn som kan forbindes med alkoholbruk under svangerskapet (figur 13). Kunnskapen om konkrete typer skader er urovekkende lav. Grafene viser hvor mange som kjenner til skaden som konsekvens av alkoholbruk i svangerskapet. Slik figur 13 viser, er det er store hull i kunnskapen om de ulike typene skader.

Figur 13: Hvilke skader hos barn forbinder du med alkoholbruk i svangerskapet?



Gruppen som har barn skårer bedre på mange av kunnskapsspørsmålene om hvilke følgeskader barnet kan få sammenlignet med gruppen som ikke har barn, men det er fremdeles store mangler i kunnskapen.

# Oppsummering

Kvinnene som svarte på undersøkelsen er mellom 20 og 45 år, og 66 prosent har barn. I løpet av våren 2016 ble det foretatt 1054 landsrepresentative intervjuer blant kvinner i alderen 20-45 år. Enkelte spørsmål er kun stilt til de som har barn, mens spørsmål om holdninger og kunnskap er stilt til hele gruppen.

Hovedbildet er at alkoholholdninger og -praksis i stor grad støtter opp om sunne svangerskap. Kvinnene viser i store trekk restriktiv bruk av alkohol under svangerskapet. De som oppgir at de drikker, konsumerer stort sett små mengder alkohol ved spesielle anledninger. Men det er fremdeles arbeid som må gjøres, og ut i fra denne rapporten er det grunn for å være særlig oppmerksom på følgende:

- Å drikke under spesielle anledninger og å drikke i perioden der man forsøker å bli gravid utgjør unntak fra den høye oppslutningen rundt å avstå fra alkohol under svangerskap. Her er det en utbredt oppfatning om at dette er greit.
- Unge førstegangs fødende kvinner peker seg ut som en gruppe man bør være særlig oppmerksom på. De har mer alkoholliberale holdninger, opplever mer gruppepress og har lavere kunnskapsnivå enn eldre kvinner. Kanskje bør svangerskapskontroll- og oppfølging innrettes mer mot en grundigere gjennomgang av alkohol som tema ved førstegangs svangerskap.
- Helsepersonell utgjør en viktig kilde for opplysning til gravide. Det er per i dag for få som mottar samtale om alkohol og svangerskap fra helsepersonell. Særlig bør leger bli bedre til å ha samtaler om alkohol.
- Det kan se ut som en andel kan oppleve et ikke ubetydelig drikkepress når de er gravide. Muligens bør andre enn den gravide kvinnen også være målgruppe for holdningsarbeid.
- Det er til dels store kunnskapshull om alkohol og fosterskader, det gjelder for kvinner i alle aldre. Det trengs mer kunnskap om hvilke skader fosteret kan få og at alkoholbruk også gir økt risiko for spontanabort.
- Økt kunnskap om de spesifikke følgeskadene fra alkoholbruk under svangerskapet kan være en god vei videre i arbeidet med forebygging. Holdningskampanjene hittil har vært tydelige på at alkohol i svangerskapet kan være skadelig, men gir liten informasjon om hvilke skader barnet kan få.

Actis - Rusfeltets samarbeidsorgan er en paraply for organisasjoner som jobber med rusfeltet. Vi representerer 27 organisasjoner. Våre medlemmer jobber med ruspolitikk, forebygging, behandling og oppfølging av mennesker som har eller har hatt avhengighetsproblemer, og flere driver med pårørendearbeid.

Actis jobber for å redusere skadene ved bruk av alkohol, narkotika og pengespill. Våre medlemmer er: Arbeiderbevegelsens rus- og sosialpolitiske forbund (AEF), Barn av rusmisbrukere (BAR), Blå Kors, Det hvite bånd, DNT - Edru livsstil, Familieklubbene i Norge, Fondet for forskning og folkeopplysning om edruskap, Forbundet mot rusgift (FMR), FORUT - solidaritetsaksjon for utvikling, Frelsesarmeens rusomsorg, Internasjonal helse og sosial gruppe, IOGT Norge, Ja, det nytter, Juba, Juvente, Stiftelsen Retretten, Landsforbundet mot stoffmisbruk (LMS), MA- Rusfri trafikk og livsstil, MA Ungdom, Minotenk, Norsk helse- og avholdsforbund, Norske jernbaners avantgarde (NJA), Rusfri oppvekst, Rusmisbrukernes interesseorganisasjon (RIO), Samarbeidsforum for norske kollektiver, Skeiv verden og Ungdom mot narkotika (UMN).

Les mer på [www.actis.no](http://www.actis.no)



[facebook.com/ActisRusfeltet](https://facebook.com/ActisRusfeltet)



[twitter.com/Actis](https://twitter.com/Actis)

[www.actis.no](http://www.actis.no)