

FASD - znaczenie liter i krótki quiz

written by Bartosz Kowalski | 14 września 2026

FASD – co to znaczy?

FASD to Spektrum Płodowych Zaburzeń Alkoholowych.
To grupa trudności związanych z prenatalną ekspozycją na alkohol.

Każde dziecko może potrzebować wsparcia

Co oznaczają litery?

- F** Fetal – płodowy
- A** Alcohol – alkohol
- S** Spectrum – spektrum
- D** Disorders – zaburzenia

Słowo „spektrum” oznacza, że FASD może wyglądać różnie u każdej osoby.

FAS a FASD – jaka jest różnica?

FAS oznacza Płodowy Zespół Alkoholowy.
FAS jest jedną z postaci FASD.
FASD to szersze pojęcie. Obejmuje różne trudności wynikające z prenatalnej ekspozycji na alkohol. Nie każda osoba z FASD ma wszystkie cechy FAS.

Jak alkohol może wpływać na rozwijające się dziecko?

- Alkohol wypity w ciąży może przenikać przez łożysko do organizmu dziecka.
- Rozwijający się mózg i inne narządy są szczególnie wrażliwe. Alkohol może zaburzać prawidłowy rozwój układu nerwowego.
- Nie da się przewidzieć, u którego dziecka i w jakim stopniu pojawią się trudności.

Najbezpieczniejszym wyborem w ciąży jest całkowita abstynencja od alkoholu.

Trudności mogą dotyczyć

- uczenia się
- pamięci
- koncentracji
- kontroli emocji
- planowania
- codziennego funkcjonowania

ZROZUMIENIE • WSPARCIE • SPOKOJNA KOMUNIKACJA

FASD to krótki skrót od angielskiego Fetal Alcohol Spectrum Disorders, czyli Spektrum Płodowych Zaburzeń Alkoholowych. Jest to określenie grupy zaburzeń, które mogą wystąpić u dziecka w związku z narażeniem na alkohol w okresie prenatalnym.

Co oznaczają poszczególne litery?

- **F - Fetal** – Płodowy
- **A - Alcohol** – alkohol
- **S - Spectrum** – spektrum
- **D - Disorders** – zaburzenia

Słowo „spektrum” jest tutaj szczególnie ważne. Oznacza ono, że FASD nie wygląda tak samo u każdej osoby. U jednej osoby trudności mogą być bardziej widoczne, u innej mogą mieć charakter łagodniejszy. Mogą dotyczyć między innymi uczenia się, pamięci, koncentracji, kontroli emocji, planowania czy funkcjonowania w codziennym życiu.

FAS a FASD - czy to jest to samo?

Te dwa skróty są ze sobą powiązane, ale nie oznaczają dokładnie tego samego.

FAS oznacza Fetal Alcohol Syndrome, czyli **Płodowy Zespół Alkoholowy**. Jest to jeden z zespołów związanych z prenatalną ekspozycją na alkohol.

FASD jest pojęciem szerszym. Obejmuje całe spektrum możliwych zaburzeń związanych z

prenatalnym narażeniem na alkohol. Oznacza to, że osoba z FASD nie musi mieć wszystkich cech charakterystycznych dla FAS

Właśnie dlatego nie należy zakładać, że brak widocznych cech fizycznych oznacza brak problemów. U niektórych osób największe trudności mogą dotyczyć funkcjonowania mózgu i zachowania, a nie wyglądu zewnętrznego

Słowo „spektrum” jest tutaj szczególnie ważne. Oznacza ono, że FASD nie wygląda tak samo u każdej osoby. U jednej osoby trudności mogą być bardziej widoczne, u innej mogą mieć charakter łagodniejszy. Mogą dotyczyć między innymi uczenia się, pamięci, koncentracji, kontroli emocji, planowania czy funkcjonowania w codziennym życiu.

Jak alkohol może wpływać na rozwijające się dziecko?

Alkohol spożywany przez kobietę w ciąży może przedostawać się przez łożysko do organizmu rozwijającego się dziecka. Organizm nie jest jeszcze przygotowany do metabolizowania alkoholu w taki sam sposób jak organizm u osoby dorosłej.

Rozwijający się mózg i inne narządy są szczególnie wrażliwe na działanie różnych czynników szkodliwych. Alkohol może zaburzać prawidłowy rozwój układu nerwowego, dlatego jego spożywanie w czasie ciąży wiąże się z ryzykiem wystąpienia zaburzeń rozwojowych.

Nie da się przewidzieć, u którego dziecka i w jakim stopniu pojawią się trudności. Wpływ mogą mieć między innymi czas oraz wielkość narażenia na alkohol, a także indywidualne cechy rozwijającego się dziecka. Dlatego najbezpieczniejszym rozwiązaniem w czasie ciąży jest **całkowita abstynencja od alkoholu**.