



מאמר

חומרים אסורים לצריכה במהלך ההיריון

מהם החומרים האסורים לצריכה בזמן ההריון? כל מה שחשוב לדעת

מייד כשנודע לך על הריונך ודאי חשבת מייד על נושא צריכת האלכוהול והעישון שמדי פעם "חטאת" בהם. מרגע הידיעה כי את בהריון החלטת מיידית בינך לבין עצמך שברור כי

עתה תחדלי מצריכתם בהיותם מזיקים לעובר. יחד עם זאת, כדאי לדעת כי קיימים עוד גורמים העלולים להזיק לעובר. עיסוק זה בחומרים אסורים הוא למעשה תורת הטרטולוגיה, העוסקת במומים הנגרמים על רקע סביבתי, והם המהווים 10% ממקרי המומים אצל עוברים.

להלן פירוט אודות חומרים טרטוגניים:

- **תזונתיים** ☐ עודף בויטמין A מעלה שכיחות מומים.
- כל חומר הגורם למחסור בחומצה פולית הוא universal teratogen.
- אלכוהול
- טרטוגנים **כימיים** ☐ תרופות, מתכות כבדות, רעלים שונים (CO, CN).
- גורמים **זיהומיים** ☐ מחלות זיהומיות בהריון; וירוסים וטפילים. חיידקים אחרים אינם טרטוגנים קלאסיים אלא הם יכולים להדביק את העובר רק לאחר תהליך דלקתי סוער ויגרמו למות העובר. טוקסינים שלהם הם כן טרטוגניים.
- **פיסיקליים** ☐ קרינה, היפוקסיה (בעייה באספקת חמצן), היפרתרמיה.
- **מכניים** - מיעוט מי שפיר - נוצר לחץ מכני על העובר שיכול לגרום למומים שונים.
- גורמים **אימהיים** ☐ מחלות של האם כמו סוכרת (שהתחילה לפני הכניסה להריון) ופנילקטונוריה (PKU). מכאן החשיבות לשמור בתקופת ההיריון על דיאטה מאוזנת.
- **אימונולוגיים** ☐ אי התאמת Rh או בקבוצת הדם העיקריות.
- **ליקויים בתא הזרע** ☐ כתוצאה מחשיפת האב לגורמים שונים. עלייה בשכיחות הפלות ספונטניות, ועלייה בפגמים הקשורים להפרעות גנטיות.
- **ליקויים בתא הביצית** ☐ כנ"ל.

בכל מקרה של שאלה או אי ודאות ניתן להתקשר למרכזים הטרטולוגים בבתי החולים ולהתייעץ:

- מרכז טרטולוגי בבית החולים בלינסון 03-9376911
- מרכז טרטולוגי בבית החולים אסף הרופא 08-9779309
- מרכז טרטולוגי בבית החולים בהדסה 02-6243669