



**Panteia**

Research to Progress

Research voor Beleid | EIM | NEA | IOO | Stratus | IPM



## **Alcohol en de kindervens**

**Over alcoholgebruik tijdens de zwangerschap**

Henri Faun  
Madelein van der Velden  
Sonja van der Kemp  
Thijs Driessen

Zoetermeer, 1 december 2017

De verantwoordelijkheid voor de inhoud berust bij Panteia. Het gebruik van cijfers en/of teksten als toelichting of ondersteuning in artikelen, scripties en boeken is toegestaan mits de bron duidelijk wordt vermeld. Vermenigvuldigen en/of openbaarmaking in welke vorm ook, alsmede opslag in een retrieval system, is uitsluitend toegestaan na schriftelijke toestemming van Panteia. Panteia aanvaardt geen aansprakelijkheid voor drukfouten en/of andere onvolkomenheden.

The responsibility for the contents of this report lies with Panteia. Quoting numbers or text in papers, essays and books is permitted only when the source is clearly mentioned. No part of this publication may be copied and/or published in any form or by any means, or stored in a retrieval system, without the prior written permission of Panteia. Panteia does not accept responsibility for printing errors and/or other imperfections.

# Inhoudsopgave

<b>Samenvatting</b>	<b>5</b>
<b>1 Inleiding</b>	<b>7</b>
1.1 Aanleiding	7
1.2 Doel en onderzoeksvragen	7
1.3 Leeswijzer	7
<b>2 Onderzoekopzet</b>	<b>9</b>
2.1 Drie doelgroepen	9
2.2 Opstellen vragenlijsten	9
2.3 Persoonlijke interviews en digitale enquête	10
2.4 Sociale wenselijkheid	10
2.5 Analyse	11
<b>3 Alcoholgebruik tijdens de zwangerschap</b>	<b>13</b>
3.1 In de aanloop naar de zwangerschap	13
3.2 Tijdens de zwangerschap	14
3.3 Drankgebruik andere zwangere vrouwen	17
3.4 Analyse	19
3.5 Conclusie	20
<b>4 Kennis en voorlichting</b>	<b>21</b>
4.1 Kennis over gevolgen alcoholgebruik	21
4.2 Voorlichting en informatie-inwinning	25
4.1 Analyse	27
4.2 Conclusie	28
<b>5 Sociale invloeden</b>	<b>31</b>
5.1 Steun en verleiding	31
5.2 Sociale norm	35
5.3 Analyse	37
5.4 Conclusie	38
<b>6 Conclusies en aanknopingspunten voor beleid</b>	<b>39</b>
6.1 psychosociale en omgevingsfactoren	39
6.2 Aanknopingspunten voor beleid	39
<b>Bijlagen</b>	<b>43</b>
Bijlage 1 Onderzoeksvragen	43
Bijlage 2 Achtergrondkenmerken steekproef	45





## Samenvatting

In opdracht van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) onderzocht Panteia de kennis, intenties, motivaties en gedrag van vrouwen ten aanzien van alcoholgebruik tijdens de zwangerschap. Dit is gedaan door middel van 160 persoonlijke interviews en een online enquête onder drie groepen, namelijk:

- vrouwen in de vruchtbare leeftijd met een kinderwens,
- zwangere vrouwen en
- vrouwen die recent zwanger zijn geweest.

Uit dit onderzoek zijn we meer te weten gekomen over hun kennis, intenties, motivaties en gedrag ten aanzien van alcohol en zwangerschap en factoren die hun gedrag beïnvloeden.

### **Alcoholgebruik tijdens de zwangerschap**

Bijna 12 procent van de zwangere vrouwen gaf aan bewust tijdens de zwangerschap alcohol te hebben gedronken. Meestal was dit hooguit één of twee keer tijdens de hele zwangerschap, maar bij ongeveer 2,5 procent van alle zwangere vrouwen ging het om wekelijkse alcoholconsumptie. In de periode vlak voor de zwangerschap en voordat ze wisten dat ze zwanger waren, dronk rond de veertig procent van de vrouwen nog alcohol.

### **Kennis en voorlichting**

In het algemeen is men goed op de hoogte van het feit dat een vrouw tijdens de zwangerschap beter geen alcohol kan drinken. De meerderheid van de vrouwen heeft daarvoor ook geen (aanvullende) voorlichting nodig. Daar tegenover staat een groep van 15 tot 25 procent van de vrouwen die niet over voldoende kennis omtrent alcohol tijdens de zwangerschap beschikt. Vooral het idee dat kleine hoeveelheden alcohol niet schadelijk zouden zijn, leeft onder deze groep.

Het geven van voorlichting is niet altijd effectief: juist bij de vrouwen die iets nieuws leren tijdens de voorlichting, is de kans relatief groot dat zij alcohol drinken. Voor een klein deel van de vrouwen geldt het omgekeerde: zij hebben geen voorlichting gehad, maar hadden hier wel behoefte aan.

Vrouwen die zwanger zijn (of zijn geweest) winnen ook wel zelf informatie in over alcohol tijdens de zwangerschap. Dit doen ze vooral via internet en via de verloskundige. Vrouwen die nog niet zwanger zijn geweest verwachten dat ze deze informatie via de verloskundige, huisarts of gynaecoloog zullen krijgen.

### **Sociale invloeden**

De sociale omgeving heeft een belangrijk effect op het al dan niet drinken van alcohol tijdens de zwangerschap. Dit kan zowel positief als negatief zijn. De meeste vrouwen voelen zich tijdens de zwangerschap gesteund om geen alcohol te drinken. Deze steun leidt ertoe dat vrouwen minder snel geneigd zijn om te drinken. Andersom blijken vrouwen die in de verleiding worden gebracht (bijvoorbeeld door een glas alcohol aan



te bieden en/of te zeggen dat 'één glaasje/een paar slokjes geen kwaad kunnen'), ook vaker daadwerkelijk alcohol drinken.

Overigens slaan zwangere vrouwen in de praktijk een aangeboden glas alcohol meestal af en zijn de meeste vrouwen bereid om een zwangere vriendin erop aan te spreken om niet te drinken. Wel blijkt dat zwangere vrouwen zelf relatief vaker alcohol drinken als andere zwangere vrouwen in hun omgeving dat ook doen. Er geldt dan dus een sociale norm rond het drinken van alcohol.

### ***Factoren die het drinken van alcohol beïnvloeden***

De sociale component is de belangrijkste factor die het drinken van alcohol door vrouwen beïnvloedt. Steun van de omgeving zorgt ervoor dat vrouwen niet drinken, terwijl er een positieve correlatie is tussen de verleiding en het drinkgedrag.

Het drinken van alcohol valt meestal samen met het idee dat 'een paar slokjes' geen kwaad zouden kunnen. Dit is dus een gebrek aan kennis van het feit dat er van geen enkele hoeveelheid alcohol is aangetoond dat het veilig is. Voorlichting op dit gebied leidt er echter niet per definitie toe dat vrouwen het nalaten om te drinken.

Verder blijkt het drinken van alcohol ook samen te hangen met enkele persoonlijke en gedragskenmerken. Er wordt namelijk relatief vaker gedronken door vrouwen die:

- geen foliumzuur gebruiken en/of
- roken en/of
- voor de zwangerschap wekelijks alcohol dronken.

Daarnaast blijken vooral lager-, maar ook hogeropgeleiden relatief vaker alcohol te drinken tijdens de zwangerschap en is er ook een (niet-significante) correlatie tussen het drinken tijdens de zwangerschap en overgewicht.

### ***Aanknopingspunten voor beleid***

Op basis van de bevindingen in het onderzoek zijn er enkele aanknopingspunten voor het beleid geformuleerd:

- Maak duidelijk dat er 'geen veilige hoeveelheid alcohol' is;
- Zet in op de sociale omgeving om de zwangere vrouw te helpen;
- Let op de doelgroep bij de voorlichting;
- Zorg voor goede vindbaarheid van informatie op internet;
- Zorg voor bewustwording breder in de maatschappij.

# 1 Inleiding

## 1.1 Aanleiding

Alcoholgebruik tijdens de zwangerschap kan schade opleveren voor het ongeboren kind. In 2005 heeft de Gezondheidsraad in het rapport 'Risico's van alcoholgebruik bij conceptie, zwangerschap en borstvoeding' de aanbeveling geformuleerd dat niet drinken tijdens de zwangerschap de enige veilige optie is. Deze aanbeveling is de basis voor de voorlichting over alcoholgebruik aan zwangere vrouwen. Tussen 2007 en 2015 is er een dalende trend geconstateerd in het drankgedrag van zwangere vrouwen. Toch is er nog verbetering mogelijk. Zo is in Nederland het aantal vrouwen in de vruchtbare leeftijd dat alcohol drinkt hoog, ook in de laatste maanden voorafgaand aan de zwangerschap. Dit is een risicofactor voor de eerste fasen van de zwangerschap; de conceptie en ontwikkeling van het embryo en de foetus.

Het ministerie van VWS wilde daarom inzicht in verbeteringen die mogelijk zijn bij de preventie van alcohol voorafgaand en tijdens de zwangerschap. Daarom heeft Panteia voor het ministerie een onderzoek uitgevoerd naar het kennisniveau, de motivaties en het gedrag van vrouwen in de vruchtbare leeftijd met een kinderwens, zwangere vrouwen en vrouwen die recentelijk zwanger zijn geweest. Dit onderzoek is uitgevoerd op basis van 160 persoonlijke interviews en digitale enquêtes onder alle drie de doelgroepen.

## 1.2 Doel en onderzoeksvragen

### Doelstelling

Het centrale doel van het onderzoek is:

*Onderzoek de kennis, intenties, motivaties en gedrag van de vrouwen in de vruchtbare leeftijd met een kinderwens, zwangere vrouwen en vrouwen die zwanger zijn geweest om meer te weten te komen over hun kennis, intenties, motivaties en gedrag ten aanzien van alcohol en zwangerschap en factoren die hun gedrag beïnvloeden.*

Deze centrale doelstelling is uitgewerkt in een reeks subvragen, die tevens als uitgangspunt dienden voor de enquêtes. De subvragen zijn opgenomen in bijlage 1.

## 1.3 Leeswijzer

In hoofdstuk 2 lichten we de afbakeningen en de onderzoeksmethode toe. Vervolgens presenteren we in de hoofdstukken 3 tot en met 5 de onderzoeksresultaten met betrekking tot het aandeel vrouwen dat alcohol drinkt, de kennis en behoefte aan voorlichting en sociale invloeden op het alcoholgebruik. In elk van deze hoofdstukken wordt een analyse gemaakt van de mate waarin bepaalde factoren het alcoholgebruik beïnvloeden. In het laatste hoofdstuk worden de onderzoeksvragen beantwoord en geven we op basis van de vergaarde inzichten enkele aanknopingspunten voor beleid.







## 2 Onderzoeksoopzet

Het onderzoek bestond uit twee sporen:

1. Persoonlijke interviews met de drie doelgroepen
2. Een digitale enquête onder een panel van vrouwen uit alle drie de doelgroepen

In dit hoofdstuk lichten we alle stappen en overwegingen in het onderzoek toe.

### 2.1 Drie doelgroepen

In het onderzoek staan drie doelgroepen centraal, die elk hun eigen kenmerken hebben. Daarbij is vooral de eventuele sociale wenselijkheid in de antwoorden (zie paragraaf 2.4) van belang om rekening mee te houden.

- **Vrouwen in de vruchtbare leeftijd met een kinderwens:** Deze groep hebben we gedefinieerd als alle vrouwen van 25 tot en met 35 jaar oud, die nog geen kinderen hebben en het krijgen van kinderen in de toekomst niet uitsluiten. Voor deze afbakening is gekozen omdat een acute kinderwens in de praktijk niet altijd zal worden prijsgegeven. Deze groep kan alleen inzicht geven in de kennis, intenties en motivaties rond alcoholgebruik. Het is echter niet zeker hoe goed deze factoren het werkelijke gedrag voorspellen. Daarmee is er een risico op sociaal-wenselijke antwoorden.
- **Zwangere vrouwen:** van deze doelgroep is de afbakening duidelijk: iedereen die tijdens de onderzoeksperiode in verwachting was van een kind. Dit hoefde niet per definitie de eerste zwangerschap te zijn. Ook vrouwen die al meerdere keren zwanger waren geweest zijn in de steekproef meegenomen. Aan deze doelgroep is gevraagd naar het daadwerkelijke gedrag. Voor deze doelgroep geldt eveneens dat er rekening is gehouden met sociaal wenselijke antwoorden. Door de aanpak en vraagstelling is dit zo veel mogelijk voorkomen.
- **Vrouwen die (recent) zwanger zijn geweest:** Deze doelgroep kan het beste uit ervaring antwoorden op de vragen van het onderzoek, en daarmee ook inzicht geven in de mate waarin zij (mogelijk onverwacht) moeite hebben ervaren bij het niet drinken van alcohol. Omdat de zwangerschap al achter de rug is, is de kans op eerlijke antwoorden naar verwachting het grootst. Tegelijkertijd is het mogelijk dat deze vrouwen niet meer precies weten wat hun motivaties en gedrag waren. Daarom zijn er in het onderzoek alleen vrouwen betrokken die minder dan anderhalf jaar geleden zijn bevallen.

### 2.2 Opstellen vragenlijsten

Er zijn drie vragenlijsten ontwikkeld, één voor elk van de drie doelgroepen. De vragenlijsten zijn gebaseerd op de onderzoeksvragen (bijlage 1). Daarbij hebben we, ten behoeve van de vergelijkbaarheid, de vragen naar het alcoholgebruik zo veel mogelijk gemodelleerd naar eerder onderzoek naar alcoholgebruik tijdens de zwangerschap door het Trimbos-



Instituut<sup>1</sup>. Inhoudelijk waren de meeste vragen hetzelfde voor de drie doelgroepen, maar waren ze anders geformuleerd, afhankelijk van de doelgroep. Na het opstellen van de vragenlijsten zijn deze eerst op zes personen getest (twee uit elke doelgroep). Naar aanleiding van de test zijn er nog enkele kleine wijzigingen gemaakt.

### 2.3 Persoonlijke interviews en digitale enquête

De persoonlijke interviews zijn uitgevoerd in oktober 2017. De interviewers hebben verspreid over Nederland op toepasselijke plekken respondenten geworven en ter plekke geïnterviewd. Hierbij valt te denken aan locaties zoals:

- Kinderopvang (voor jonge moeders en zwangere vrouwen)
- Scholen (voor jonge moeders en zwangere vrouwen)
- Consultatiebureaus (voor jonge moeders en zwangere vrouwen)
- Winkelcentra in en om wijken waar veel jonge gezinnen (met en zonder kinderen) wonen (voor alle doelgroepen)

Bij het samenstellen van de steekproef is gezorgd voor een goede spreiding naar leeftijd, sociaaleconomische achtergrond en regio (vier landdelen en de grote steden).

Uiteindelijk bestond de steekproef uit 160 vrouwen, als volgt verdeeld over de groepen:

- 54 vrouwen met een kindwens
- 53 zwangere vrouwen
- 53 vrouwen die recentelijk zwanger waren geweest.

De digitale enquête is uitgevoerd in de eerste helft van november 2017 via het panel van PanelClix. Uiteindelijk bestond de steekproef uit 510 vrouwen, als volgt verdeeld over de groepen:

- 183 vrouwen met een kindwens
- 116 zwangere vrouwen
- 211 vrouwen die recentelijk zwanger waren geweest.

De twee onderzoeksmethoden leverden gezamenlijk dus een steekproef van 670 vrouwen op, als volgt verdeeld over de drie groepen:

- 237 vrouwen met een kindwens
- 169 zwangere vrouwen
- 264 vrouwen die recentelijk zwanger waren geweest.

Aanvullende karakteristieken van de steekproef zijn opgenomen in bijlage 2.

### 2.4 Sociale wenselijkheid

Bij het uitvoeren van een onderzoek naar precare onderwerpen op basis van interviews en enquêtes, ligt het risico van sociaal wenselijke antwoorden bij de respondenten op de loer. In dit geval bestond het risico dat vrouwen zouden ontkennen alcohol gedronken te hebben tijdens de zwangerschap, terwijl ze dit in werkelijkheid wel hadden gedaan.

---

<sup>1</sup> Trimbos-Instituut (2017) Factsheet Monitor Zwangerschap en Middelengebruik.

Bij de uitvoering van het onderzoek waren wij ons bewust van mogelijke sociale wenselijkheid. En hoewel dit nooit helemaal uit te sluiten is, hebben wij op de volgende wijzen zo veel mogelijk voorkomen dat vrouwen een sociaal wenselijk antwoord zouden geven, in plaats van een eerlijk antwoord:

1. Het garanderen van anonimiteit aan deelnemers aan het onderzoek.
2. De vraagstelling is dusdanig geformuleerd dat de drempel om alcoholgebruik te bevestigen zo laag mogelijk is.

Zowel de persoonlijke interviews als de digitale enquêtes bieden voor- en nadelen om sociale wenselijkheid te voorkomen. De digitale enquêtes bieden volledige anonimiteit, waardoor sociaal onwenselijke antwoorden volledig anoniem kunnen worden ingevoerd. Anderzijds is er geen controle op vrouwen die wel sociaal wenselijk antwoorden. Bij de persoonlijke interviews vervalt de anonimiteit deels, maar wordt de drempel om te liegen verhoogd, doordat men iemand in het gezicht moet aankijken. Bovendien heeft de interviewer de regie in handen en kan er bij twijfel over de eerlijkheid van de respondent worden bijgestuurd.

## 2.5 Analyse

Bij de analyse is allereerst nagegaan in hoeverre de onderzoeksmethodiek via twee sporen, namelijk persoonlijke interviews en digitale enquêtes de uitkomsten heeft beïnvloed. Uit de analyses is gebleken dat er een verschil was tussen respondenten uit de persoonlijke enquête en de online enquête wat betreft de gerapporteerde alcoholconsumptie. Om te achterhalen of dit verschil te wijten was aan de methode of aan een verschillende samenstelling van de steekproef, is er een aanvullende analyse uitgevoerd. Hierbij is gekeken of er in de groep respondenten uit de online enquête een groter aandeel zwangere vrouwen bevindt met een hogere kans op alcoholgebruik tijdens de zwangerschap. Dit is gebeurd aan de hand van enkele stappen.

- Ten eerste is door middel van een regressie-analyse geanalyseerd in hoeverre verschillende factoren van invloed zijn op het al dan niet drinken van alcohol tijdens de zwangerschap.
- Vervolgens is gekeken of er in de groep die ondervraagd is door middel van de online enquête meer respondenten ondervraagd zijn met risicofactoren van alcoholconsumptie tijdens de zwangerschap. Dit blijkt inderdaad zo te zijn.
- Op basis van de regressie-analyse kunnen we concluderen dat de methode (online vs. persoonlijke enquête) geen significante invloed heeft op het al dan niet consumeren van alcohol tijdens de zwangerschap.

Inhoudelijk heeft dit tot gevolg gehad dat de resultaten van de persoonlijke interviews en de online enquête gezamenlijk zijn geanalyseerd. Hierdoor was de steekproef groot genoeg om representatieve uitspraken te doen.

Na de regressie-analyse zijn de volgende aanvullende analyses uitgevoerd:



- Correlatie-analyses op de verschillende variabelen om te analyseren welke factoren een significante invloed hebben op het drinken van alcohol tijdens de zwangerschap.
- Een analyse op basis van een 'decision tree', waaruit blijkt wat de belangrijkste variabelen zijn die het drinken tijdens de zwangerschap beïnvloeden.

In dit rapport publiceren we alleen de variabelen die een significante correlatie hebben met het drinken van alcohol tijdens de zwangerschap.



### 3 Alcoholgebruik tijdens de zwangerschap

In dit hoofdstuk presenteren we allereerst het aandeel vrouwen dat vlak voor en tijdens de zwangerschap alcohol heeft gedronken, inclusief de mate waarin men heeft gedronken. Daarbij analyseren we direct de relatie tot enkele persoonlijke kenmerken en algemene gedragskenmerken.

#### 3.1 In de aanloop naar de zwangerschap

Van de geënquêteerde vrouwen die zwanger zijn of recentelijk zwanger zijn geweest gaf 89 procent aan dat men voorafgaande aan de zwangerschap bewust bezig was met zwanger worden. Voor 11 procent was dit niet het geval. Van de 89 procent van de vrouwen die er bewust mee bezig waren, heeft 28 procent zeker en 15 procent alcohol mogelijk alcohol gedronken in die periode (tabel 1). Daarentegen gaf 46 procent van de vrouwen aan dat zij geen alcohol hadden gedronken, deels omdat ze dit nooit deden (19 procent) en deels omdat ze hiervoor kozen (27 procent).

tabel 1 Heeft u alcohol gedronken in de periode toen u probeerde zwanger te worden?

	Zwanger	Zwanger geweest	Totaal
Ja	30,8%	25,4%	27,5%
Misschien / mogelijk voorgekomen	14,8%	15,2%	15,0%
Nee	23,7%	28,8%	26,8%
was niet bewust bezig met zwanger worden	12,4%	10,2%	11,1%
weet niet (meer)	0,0%	1,5%	0,9%
N.v.t. (drinkt geen alcohol)	18,3%	18,9%	18,7%
Totaal (n)	169	264	433

Bron: Panteia, 2017

De meeste vrouwen die hadden gedronken vlak voordat ze zwanger werden, hadden hier niet bewust over nagedacht (tabel 2). Ze hadden zich dus ook niet voorgenomen om geen alcohol te drinken in de tijd dat ze wel zwanger konden worden. De belangrijkste redenen hiervoor waren dat ze niet konden weten wanneer ze zwanger zouden zijn, bijvoorbeeld omdat ze al lang bezig waren met proberen om zwanger te worden. Bovendien gaf een aantal vrouwen aan niet veel te drinken en dat ze daarom dachten dat het geen kwaad zou kunnen.



tabel 2 Alleen gesteld aan de vrouwen die hadden gedronken in de aanloop naar de zwangerschap: Had u op voorhand plannen gemaakt om geen alcohol te drinken in de periode dat u zwanger probeerde te worden?

	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>	<i>Totaal</i>
Ja, ik had mij voorgenomen om tijdens de zwangerschap geen alcohol te drinken	27,3%	16,8%	21,2%
Nee, heb ik niet speciaal over nagedacht	53,2%	59,8%	57,1%
Niet van toepassing/was niet bewust bezig met zwanger worden	13,0%	16,8%	15,2%
Anders	3,9%	2,8%	3,3%
Weet niet	2,6%	3,7%	3,3%
Totaal (n)	77	107	184

Bron: Panteia, 2017

Via de vrouwen die nog niet zwanger zijn geweest, zijn goede inzichten te verkrijgen over hoe vrouwen voorafgaand aan een zwangerschap denken over alcohol tijdens de zwangerschap. Van deze groep neemt meer dan de helft zich voor geen alcohol (meer) te drinken in de periode dat ze zwanger proberen te worden (tabel 3, inclusief de vrouwen die nooit drinken). Ongeveer 33 procent verwacht in ieder geval minder alcohol te gaan drinken en ruim 7 procent zal (waarschijnlijk) evenveel blijven drinken.

tabel 3 Stel u probeert zwanger te worden. Denkt u dat u in deze periode evenveel, minder of geen alcohol zou gebruiken?

	<i>Kinderwens</i>
Zeker geen alcohol (meer)	43,9%
Zeker minder	18,1%
Waarschijnlijk minder of geen	14,8%
Waarschijnlijk evenveel	5,9%
Zeker evenveel	1,3%
Weet ik niet/nog niet over nagedacht	4,2%
N.v.t. (drinkt geen alcohol)	11,8%
Totaal (n)	237

Bron: Panteia, 2017

### 3.2 Tijdens de zwangerschap

In het beginstadium van de zwangerschap is de vrouw zich er veelal nog niet bewust van dat ze in verwachting is. Dit kan ertoe leiden dat men (nietsvermoedend) alcohol drinkt. Ongeveer een vijfde geeft aan dat dit inderdaad is gebeurd en een bijna even grote groep zegt dat dit misschien wel is voorgekomen. Bijna zestig procent van de vrouwen sluit dit uit: deels omdat ze nooit drinken, of omdat ze hier in die periode voor kozen.

tabel 4 Heeft u alcohol gedronken toen u zwanger was, maar dat zelf nog niet wist?

	Zwanger	Zwanger geweest	Totaal
Ja	19,5%	20,1%	19,9%
Misschien / is mogelijk weleens voorgekomen	19,5%	17,0%	18,0%
Nee	40,8%	40,9%	40,9%
Weet niet	1,8%	3,0%	2,5%
N.v.t. (drinkt geen alcohol)	18,3%	18,9%	18,7%
Totaal (n)	169	264	433

Bron: Panteia, 2017

Wanneer vrouwen eenmaal weten dat ze in verwachting zijn, wordt alcoholgebruik tijdens de zwangerschap een bewuste keuze. Van de vrouwen die zwanger zijn, of zwanger zijn geweest geeft bijna 12 procent aan wel eens alcohol te hebben gedronken tijdens de zwangerschap. In de meeste gevallen ging het om een paar slokjes, maar meer dan 4 procent geeft aan dat men ook wel een heel glas of meer heeft gedronken.

tabel 5 Heeft u één glas alcohol of meer gedronken toen u wist dat u zwanger was?

	Zwanger	Zwanger geweest	Totaal
Ja, een heel glas of meer	4,7%	4,2%	4,4%
Ja, alleen een paar slokjes	5,3%	8,7%	7,4%
Nee	71,6%	68,2%	69,5%
N.v.t. (drinkt geen alcohol)	18,3%	18,9%	18,7%
Totaal (n)	169	264	433

Bron: Panteia, 2017

Bij de vrouwen die wel eens hebben gedronken tijdens de zwangerschap, was dit in de meeste gevallen (57 procent) één of twee keer tijdens de hele zwangerschap. Iets meer dan een vijfde gaf daarentegen aan wekelijks alcohol te drinken of te hebben gedronken. De meeste vrouwen gaven aan 1 tot 2 glazen per keer gedronken te hebben. Er waren echter ook enkele uitschieters naar meer glazen per keer.



tabel 6 Gesteld aan vrouwen die tijdens de zwangerschap alcohol hebben gedronken. Hoe vaak heeft u één glas alcohol of meer gedronken? Is dat:

	Zwanger	Zwanger geweest	Totaal
Bijna elke dag		8,8%	5,9%
3-4 dagen per week	5,9%	2,9%	3,9%
1-2 dagen per week	23,5%	5,9%	11,8%
1-3 dagen per maand	11,8%	8,8%	9,8%
Minder dan 1 keer per maand	11,8%	11,8%	11,8%
1-2 keer gedurende de gehele zwangerschap	47,1%	61,8%	56,9%
Totaal (n)	17	34	51

Bron: Panteia, 2017

Van de vrouwen die tijdens de zwangerschap hadden gedronken, had iets meer dan de helft zich voor de zwangerschap voorgenomen om dit niet te doen. De redenen waarom ze dan toch hadden gedronken waren divers. De belangrijkste was dat men ervan uitging dat een paar slokjes geen kwaad zouden kunnen. Ook gaf een aantal vrouwen aan sociale druk te voelen, niet te willen tonen dat ze zwanger waren of het zelf nog niet wisten.

tabel 7 Alleen gesteld aan de vrouwen die tijdens de zwangerschap hadden gedronken: Had u op voorhand plannen gemaakt om geen alcohol te drinken tijdens de zwangerschap?

	Zwanger	Zwanger geweest	Totaal
Ja	47,1%	55,9%	52,9%
Nee	47,1%	38,2%	41,2%
Weet niet	5,9%	0,0%	2,0%
Anders	0,0%	5,9%	3,9%
Totaal (n)	17	34	51

Bron: Panteia, 2017

Van de vrouwen die nog geen kinderen hebben, neemt 90 procent<sup>2</sup> zich voor om geen alcohol tijdens de zwangerschap te drinken (tabel 8). Dit is iets meer dan het aandeel vrouwen dat in de praktijk geen alcohol tijdens de zwangerschap drinkt. Verder zegt 6 procent te verwachten minder te drinken en iets minder dan 2 procent verwacht evenveel alcohol te blijven drinken.

<sup>2</sup> Inclusief de groep die nooit drinkt.



tabel 8 Stel u bent zwanger. Denkt u dat u in deze periode evenveel, minder of geen alcohol zou gebruiken?

	<i>Kinderwens</i>
Zeker geen alcohol (meer)	79,3%
Zeker minder	3,4%
Waarschijnlijk minder of geen	3,0%
Waarschijnlijk evenveel	1,3%
Zeker evenveel	0,4%
Weet ik niet/nog niet over nagedacht	0,8%
N.v.t. (drinkt geen alcohol)	11,8%
Totaal (n)	237

Bron: Panteia, 2017

In het algemeen vinden vrouwen het niet lastig om geen alcohol te drinken tijdens de zwangerschap. Op een schaal van 1 tot 10, waarbij 1 staat voor 'helemaal niet lastig' en 10 voor 'heel lastig' geven vrouwen die gemiddeld een 2. Dit geldt zowel voor de vrouwen die zwanger zijn of zijn geweest (tabel 9) als de vrouwen die nog niet zwanger zijn geweest (tabel 10).

tabel 9 In hoeverre vindt u het lastig om het glas alcohol te weigeren of te laten staan tijdens uw zwangerschap? Schaal van 1 tot 10, 1 staat voor helemaal niet lastig en 10 voor heel lastig.

	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>	<i>Totaal</i>
Gemiddelde	1,8	2,1	2,0

Bron: Panteia, 2017

tabel 10 In hoeverre denkt u, dat u het lastig zou vinden om het glas alcohol te weigeren of te laten staan tijdens een zwangerschap? Kunt u dat aangeven op een schaal van 1 tot 10, waarbij 1 staat voor helemaal niet lastig en 10 voor heel lastig.

	<i>Kinderwens</i>
Gemiddelde	2,0

Bron: Panteia, 2017

### 3.3 Drankgebruik andere zwangere vrouwen

Naast de vraag naar het eigen drankgebruik tijdens de zwangerschap, is aan de respondenten ook gevraagd om een uitspraak te doen wat zij verwachten ten aanzien van het aandeel van zwangere vrouwen alcohol drinkt tijdens de zwangerschap. Vrouwen schatten gemiddeld dat rond 28 procent van de vrouwen tijdens de zwangerschap alcohol drinkt. Dit aandeel verschilt weinig tussen de drie ondervraagde groepen: vrouwen met een kinderwens, zwangere vrouwen en vrouwen die recentelijk



zwanger zijn geweest. Wel ligt het aandeel beduidend hoger dan de 12 procent die uit dit onderzoek in de praktijk blijkt.

Het verschil tussen het percentage dat de vrouwen schatten en het percentage van circa 12 procent dat uit dit onderzoek blijkt, kan op verschillende manieren worden verklaard. Allereerst moet er rekening mee worden gehouden dat mensen in het algemeen niet altijd goed zijn in het schatten van feitelijkheden. Toch hebben ze het genoemde aandeel ergens op gebaseerd. Dit kan bijvoorbeeld op basis van ervaringen in hun omgeving zijn of het inschatten van een sociale norm onder verschillende bevolkingsgroepen.

tabel 11 Welk percentage van de zwangere vrouwen denkt u, drinkt wel eens een glaasje of een paar slokken alcohol terwijl ze weten dat ze zwanger zijn?

	<i>Kinderwens</i>	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>
Gemiddelde	28,5%	27,1%	27,9%

Bron: Panteia, 2017

De vraag naar het geschatte aandeel vrouwen dat alcohol drinkt tijdens de zwangerschap is vooral gebruikt als opmaat voor de vervolgvraag naar de motieven om te drinken (tabel 12). De meeste vrouwen schrijven dit toe aan een gebrek aan kennis. Ze denken dat vrouwen die tijdens de zwangerschap drinken vooral doen omdat ze denken dat kleine hoeveelheden alcohol geen kwaad kunnen en omdat ze de risico's onderschatten en/of niet op de hoogte zijn van de mogelijke gevolgen voor het ongeboren kind. Daarnaast denken vrouwen dat het niet zonder drank kunnen en sociale druk een rol spelen. Al deze aspecten worden in de volgende hoofdstukken nader bekeken.

tabel 12 Waarom denkt u dat deze vrouwen alcohol drinken tijdens de zwangerschap

	<i>Kinderwens</i>	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>	<i>Zwanger + zwanger geweest</i>
Denken dat (een beetje) alcohol geen kwaad kan	74,7%	72,8%	67,0%	69,3%
Onderschatten de risico's	61,2%	57,4%	61,4%	59,8%
Zijn niet op de hoogte van de mogelijke gevolgen voor het ongeboren kind	38,8%	29,6%	35,2%	33,0%
Kunnen niet zonder drank	35,4%	33,7%	33,0%	33,3%
Sociale druk (iedereen drinkt, vinden het lastig om 'nee' te zeggen)	33,3%	35,5%	29,2%	31,6%
Als ze geen alcohol drinken zijn ze bang dat andere mensen denken dat ze zwanger zijn, en dat willen ze nog niet delen	21,1%	20,7%	15,5%	17,6%
Nog anders	7,6%	6,5%	6,8%	6,7%
Totaal (n)	237	169	264	433

Bron: Panteia, 2017

### 3.4 Analyse

In de enquête zijn meerdere kenmerken van de vrouwen en hun algemene gedrag geregistreerd (zie bijlage 2). Dit is gedaan om te kunnen toetsen in hoeverre zij bewust bezig zijn met hun gezondheid en met de zwangerschap. Zo is er gevraagd naar het gebruik van foliumzuur (ter bevordering van de ontwikkeling van het ongeboren kind), of men rookte (dan wel heeft gerookt), of er sprake was van overgewicht voor de zwangerschap en hoeveel alcohol men dronk voor de zwangerschap. Daarnaast zijn enkele meer algemene zaken geregistreerd, zoals opleidingsniveau en sociaal-economische status.

Vervolgens is gekeken in hoeverre deze aspecten van gezondheid, leefstijl en persoonlijk kenmerken samenhangen met het gebruik van alcohol tijdens de zwangerschap. Bij een aantal factoren bleek een samenhang met de kans dat een vrouw tijdens de zwangerschap dronk.

#### ***Foliumzuur***

Vrouwen die tijdens de zwangerschap geen foliumzuur hebben gebruikt en/of niet aangeven dat nog te gaan doen, hebben drie keer zo vaak alcohol gedronken in vergelijking met de groep die wel foliumzuur heeft gebruikt. Van de vrouwen die geen foliumzuur hadden gebruikt, had 30 procent tijdens de zwangerschap gedronken, versus 10 procent onder de vrouwen die wel foliumzuur gebruiken.

#### ***Roken en overgewicht***

Vrouwen die minder bewust bezig (lijken te) zijn met hun gezondheid drinken vaker alcohol gedurende de zwangerschap. Zo heeft 17 procent van de (al dan niet gestopte) rokers gedronken tijdens de zwangerschap versus tot 7 procent van de vrouwen die nooit (habituëel) gerookt hebben. Daarnaast lijken vrouwen met (in meer of mindere mate) overgewicht iets vaker gedronken te hebben tijdens de zwangerschap. Deze uitkomst was echter niet significant.

#### ***Opleidingsniveau en sociaal-economische status***

Onder de middelbaar opgeleiden was het aandeel vrouwen dat tijdens de zwangerschap dronk het laagst (8 procent). Het aandeel was significant hoger onder de laagopgeleide vrouwen (18 procent), gevolgd door de hoogopgeleide vrouwen (14 procent). Sociaal-economische status lijkt geen invloed te hebben op het al dan niet consumeren van alcohol tijdens de zwangerschap.

#### ***Regulier alcoholgebruik***

De laatste factor van invloed was de mate van alcohol drinken voordat de vrouwen zwanger waren, of dit probeerden te worden. Er is een significant verschil, waarbij de vrouwen die wekelijks alcohol dronken vier keer zo vaak ook tijdens de zwangerschap dronken dan vrouwen die niet wekelijks alcohol dronken. Uitgesplitst naar subgroepen was het beeld als volgt:



tabel 13 Percentage vrouwen dat drinkt tijdens de zwangerschap, naar mate van alcoholconsumptie voor de zwangerschap

<i>Frequentie alcoholgebruik voor de zwangerschap</i>	<i>% alcohol gedronken tijdens zwangerschap</i>
Zelden, alleen bij speciale gelegenheden	5,6%
1-3 dagen per vier weken	17,3%
1-2 dagen per week	19,5%
3-4 dagen per week	25,0%
(bijna) elke dag	61,5%

Bron: Panteia, 2017

### 3.5 Conclusie

Uit de resultaten van de enquêtes kan worden geconcludeerd dat bijna 12 procent van de zwangere vrouwen bewust tijdens de zwangerschap alcohol heeft gedrongen. Meestal was dit hooguit één of twee keer tijdens de hele zwangerschap, maar bij ongeveer 2,5 procent van alle zwangere vrouwen gaat het om wekelijkse alcoholconsumptie. Iets meer dan de helft van de vrouwen die tijdens de zwangerschap dronk, had zich voor de zwangerschap voorgenomen om dat niet te doen. De meeste vrouwen die nog niet in verwachting zijn geweest, nemen zich ook veelal voor om niet te drinken tijdens de zwangerschap.

In de periode vlak voor de zwangerschap en voordat ze weten dat ze zwanger zijn, ligt het percentage vrouwen dat drinkt hoger, namelijk rond de veertig procent. Dit beeld is in lijn met de vrouwen die nog niet zwanger zijn geweest: van hen geeft 40 procent aan (mogelijk) in meer of mindere mate te blijven drinken. Dit is beduidend meer dan het voornemen over alcoholgebruik tijdens de zwangerschap.

Het drinken van alcohol kwam significant vaker voor bij vrouwen die:

- Geen foliumzuur gebruiken en/of
- Roken en/of
- Voor de zwangerschap wekelijks alcohol dronken.

Daarnaast bleken vooral lager-, maar ook hogeropgeleiden relatief vaker alcohol te drinken tijdens de zwangerschap en was er ook een (niet-significante) correlatie tussen het drinken tijdens de zwangerschap en overgewicht.

In de volgende twee hoofdstukken gaan we nader in op de context waarin het alcoholgebruik plaatsvindt. Daarbij kijken we specifiek naar de kennis, de (behoefte aan) voorlichting en de rol van de sociale omgeving.

## 4 Kennis en voorlichting

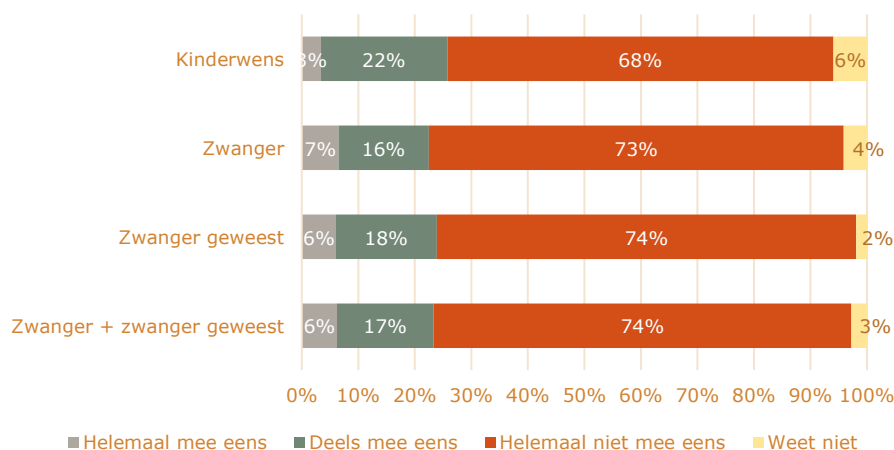
In dit hoofdstuk gaan we nader in op de kennis van vrouwen over de (mogelijke) gevolgen van alcoholgebruik tijdens de zwangerschap. Allereerst gaan we in op de parate kennis van de drie doelgroepen over alcohol tijdens de zwangerschap en vervolgens zoomen we in op de voorlichting (en de behoefte daaraan) bij vrouwen die zelf ervaring hebben met zwanger zijn. Daarna analyseren we het verband tussen kennis en alcoholgebruik.

### 4.1 Kennis over gevolgen alcoholgebruik

In de enquête is de kennis over alcoholgebruik tijdens de zwangerschap eerst getest door vijf stellingen voor te leggen.

De meeste vrouwen zijn zich ervan bewust dat 'een klein slokje alcohol tijdens de zwangerschap' wel gevolgen kan hebben (figuur 1). Een ruime meerderheid van de vrouwen in alle drie de groepen was het namelijk niet eens met de stelling dat 'een klein slokje niet uitmaakt'. Van de vrouwen die zelf zwanger waren, of dit waren geweest, dacht 23 procent dat een slokje alcohol geen kwaad kan. Van de vrouwen die zelf nog niet zwanger waren geweest wist ongeveer een kwart niet dat het drinken van kleine hoeveelheden weldegelijk kwaad kan.

figuur 1 Stelling: een klein slokje alcohol tijdens de zwangerschap maakt niet uit.



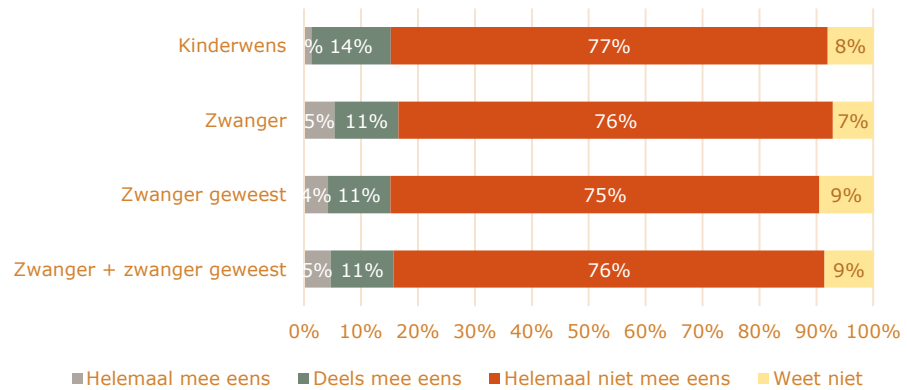
Bron: Panteia, 2017

Een vaker gehoord argument omtrent ongezond gedrag, zoals alcoholgebruik en roken tijdens de zwangerschap, is dat dit minder slecht voor het ongeboren kind zou zijn dan de stress die de vrouwen ervaren als ze niet kunnen roken of drinken. Om te toetsen hoe wijdverspreid deze beelden zijn, is de stelling voorgelegd 'als een vrouw veel stress ervaart, lijkt mij af en toe een glaasje alcohol beter voor het ongeboren



kind dan die stress". Driekwart van de vrouwen in alle drie de groepen is het hier echter niet mee eens (figuur 2). Het aandeel vrouwen dat het hier (deels) mee eens was, was kleiner dan de groep die dacht dat een beetje alcohol geen kwaad kan.

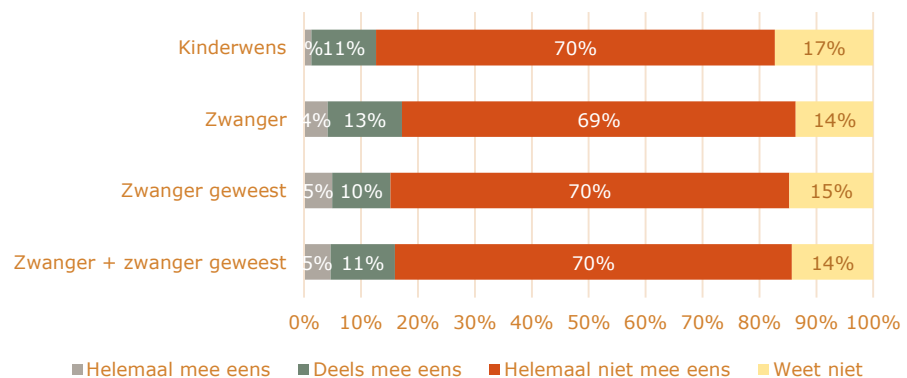
figuur 2 Stelling: als een vrouw veel stress ervaart, lijkt mij af en toe een glaasje alcohol beter voor het ongeboren kind dan die stress



Bron: Panteia, 2017

Een minderheid van de vrouwen dacht dat het niet bewezen zou zijn dat een kleine hoeveelheid alcohol slecht is tijdens de zwangerschap (figuur 3). Rond de zeventig procent van de vrouwen dacht (c.q. wist) dat dit wel bewezen was. De overige dertig procent was ongeveer gelijk verdeeld tussen vrouwen die dachten dat het niet bewezen was en vrouwen die niet wisten of het wel of niet bewezen was.

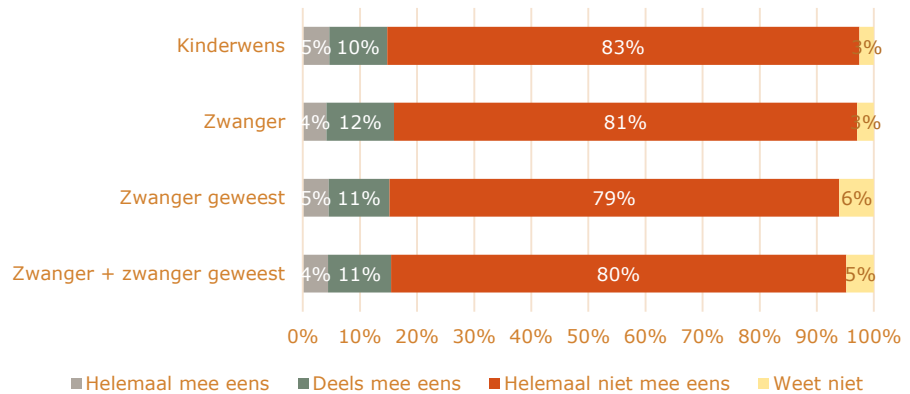
figuur 3 Stelling: volgens mij is het helemaal niet bewezen dat een kleine hoeveelheid alcohol slecht is tijdens de zwangerschap



Bron: Panteia, 2017

De meeste vrouwen zijn ervan overtuigd dat er geen verschil is in schadelijke effecten tussen het drinken van sterke drank en zwak alcoholische drank zoals wijn of bier tijdens de zwangerschap (figuur 4). Ongeveer 15 procent van de vrouwen was het daarentegen eens met de stelling 'sterke drank kun je beter laten staan tijdens de zwangerschap, maar een wijntje of een biertje kan geen kwaad'.

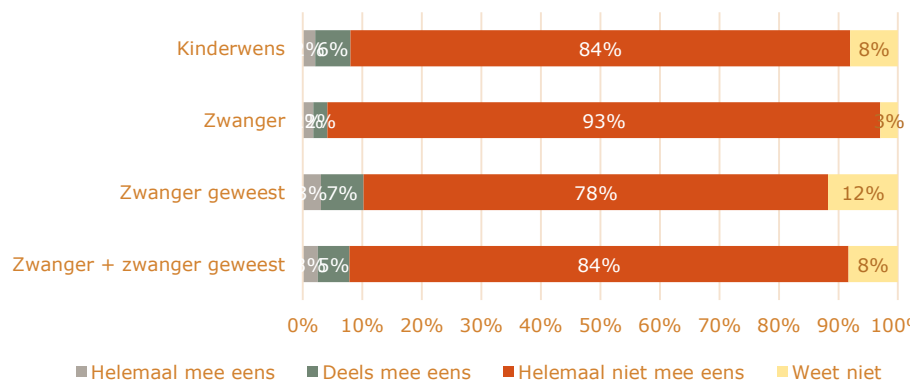
figuur 4 Stelling: sterke drank kun je beter laten staan tijdens de zwangerschap, maar een wijntje of een biertje kan geen kwaad



Bron: Panteia, 2017

Ten slotte is de vrouwen de stelling voorgelegd dat als iemand eenmaal tijdens haar zwangerschap heeft gedronken, het daarna geen zin meer heeft om niet meer te drinken (figuur 5). Een ruime meerderheid van de vrouwen, en de zwangere vrouwen in het bijzonder, was het daar niet mee eens.

figuur 5 Stelling: als je eenmaal tijdens je zwangerschap hebt gedronken, heeft het daarna geen zin om niet meer te drinken



Bron: Panteia, 2017



Iets meer dan de helft van de vrouwen die zwanger waren of recentelijk zwanger waren geweest, wisten dat het risico van alcohol voor het ongeboren kind in alle fasen van de zwangerschap even groot is (tabel 14). Ongeveer een kwart van de vrouwen dacht dat het risico vooral in de eerste drie maanden het grootst is. Bijna een kwart van de vrouwen die zelf nog niet zwanger is geweest, had geen idee wanneer het risico het grootst is. Onder de vrouwen die wel zelf ervaring met zwangerschap hadden, was dit 10 tot 14 procent.

tabel 14 Is er een periode tijdens de zwangerschap dat het risico van alcohol voor het ongeboren kind groter is?

	<i>Kinderwens</i>	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>	<i>Zwanger + zwanger geweest</i>
Ja, in de eerste 3 maanden	23%	24%	27%	25%
Ja, in de periode 3 - 6 maanden	5%	4%	5%	5%
Ja, in de laatste 3 maanden	4%	5%	5%	5%
Risico is even groot in alle fasen van de zwangerschap	43%	53%	53%	53%
Weet niet	24%	14%	10%	11%
Totaal	237	169	259	428

Bron: Panteia, 2017

Als laatste is aan de vrouwen gevraagd om een inschatting op een schaal van 1 tot 10 te maken wat het risico is van alcohol voor het ongeboren kind. Dit is in twee varianten gevraagd, namelijk: wanneer de moeder wekelijks alcohol drinkt en wanneer de moeder éénmalig iets drinkt. Daarbij stond 1 voor beperkt risico en 10 voor maximaal risico.

Vrouwen in alle drie de groepen schatten het risico van wekelijks drinken gemiddeld op ongeveer een 7 en bij eenmalig tussen de 4,7 en 5,2. Vrouwen die recentelijk zwanger waren geweest schatten de risico's iets groter in, maar de verschillen zijn klein.

tabel 15 Wat is volgens u het risico op een schaal van 1 tot 10 aangeven hoe groot het risico is voor het ongeboren kind wanneer een moeder elke week of eenmalig alcohol drinkt tijdens de zwangerschap, 1 staat voor beperkt risico en 10 voor maximaal risico?

	<i>Kinderwens</i>	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>	<i>Zwanger + zwanger geweest</i>
Elke week	7,0	6,8	7,0	6,9
Eenmalig	4,8	4,7	5,2	5,0

Bron: Panteia, 2017



## 4.2 Voorlichting en informatie-inwinning

Kennis over de risico's van alcohol tijdens de zwangerschap lijkt al redelijk algemeen te zijn: in de enquête gaf slechts 7 procent van de zwangere vrouwen en de vrouwen die zwanger waren geweest aan dat zij voorafgaande aan de zwangerschap niets over de risico's wisten (tabel 16). Tussen de 86 en 90 procent van de vrouwen had deze kennis in meer of mindere mate voor de zwangerschap.

tabel 16 Wist u voorafgaande aan uw zwangerschap iets over het gebruik en risico's van alcohol tijdens de zwangerschap?

	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger ge- weest</i>	<i>Zwanger + zwanger geweest</i>
Ja, alles	40,8%	44,7%	43,2%
Ja, maar heel beperkt	49,1%	41,7%	44,6%
Nee	7,1%	7,2%	7,2%
Weet niet (meer)	3,0%	6,4%	5,1%
Totaal	169	264	433

Bron: Panteia, 2017

### Voorlichting

Meer dan de helft van de vrouwen die (recentelijk) zwanger waren (geweest) gaf aan geen (aanvullende) voorlichting te hebben gehad over de risico's van alcohol (tabel 17). Slechts een klein deel van de vrouwen die geen voorlichting hebben gehad, heeft dit als een gemis beschouwd: minder dan 7 procent had namelijk wel behoefte aan voorlichting (tabel 18). De meerderheid van de vrouwen die wel voorlichting hadden gehad, gaven aan dat deze voorlichting geen nieuwe inzichten opleverde.

tabel 17 Heeft u (aanvullende) voorlichting gehad over het gebruik en risico's van alcohol tijdens uw recente zwangerschap?

	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>	<i>Zwanger + zwanger geweest</i>
Ja, met nieuwe informatie en/of inzichten	11,2%	14,8%	13,4%
Ja, maar geen nieuwe informatie/inzichten	21,3%	25,8%	24,0%
Nee	65,7%	48,9%	55,4%
Weet niet	1,8%	10,6%	7,2%
Totaal (n)	169	264	433

Bron: Panteia, 2017



tabel 18 (indien men geen voorlichting heeft gehad) Had u wel behoefte aan voorlichting over het gebruik en risico's van alcohol tijdens de zwangerschap?

	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>	<i>Totaal</i>
Ja	6,1%	7,0%	6,6%
Nee	93,9%	93,0%	93,4%
Totaal (n)	114	157	271

Bron: Panteia, 2017

Wanneer de gegevens uit de bovenstaande tabellen worden samengevat, blijkt dat voor 28 procent van alle vrouwen die zwanger waren of waren geweest voorlichting van toegevoegde waarde was, of had kunnen zijn (tabel 19).

tabel 19 De toegevoegde waarde van voorlichting

		<i>Zwanger + zwanger geweest</i>
Voorlichting	(1) Nieuwe inzichten	13%
	(2) Geen nieuwe inzichten	24%
Geen Voorlichting	(2) Had wel behoefte hieraan	4%
	(4) Had hier geen behoefte aan	58%
Voorlichting van toegevoegde waarde (2) + (3)		28%
Voorlichting niet van toegevoegde waarde (1) + (4)		72%
Totaal (n)		433

Bron: Panteia, 2017

### **Zelf informatie inwinnen**

Ongeveer een derde van de vrouwen die zwanger waren, of recentelijk waren geweest, hadden (eventueel naast de voorlichting) zelf informatie ingewonnen over het gebruik en risico's van alcohol tijdens de zwangerschap (tabel 20). Dit deden ze veelal via internet en in mindere mate via de verloskundige en uit folders en boekjes (tabel 21).

Opvallend is de vrouwen die zelf zwanger zijn (geweest) nauwelijks informatie inwinnen bij de huisarts. De vrouwen die nog niet zwanger zijn geweest verwachten daarentegen juist dat de huisartsen een grote rol spelen bij het informeren van vrouwen over de risico's van alcohol tijdens de zwangerschap (tabel 22). Na de verloskundige is de huisarts de meest genoemde persoon daarvoor. Ook van de gynaecoloog wordt daarin door relatief veel vrouwen een rol verwacht, terwijl zelf informatie inwinnen via internet juist relatief minder vaak wordt genoemd dan nu in de praktijk voorkomt.

tabel 20 Had u zelf ook informatie ingewonnen over het gebruik en risico's van alcohol tijdens de zwangerschap?

	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>	<i>Totaal</i>
Ja	30,2%	35,2%	33,3%
Nee	69,8%	64,8%	66,7%
Totaal (n)	169	264	433

Bron: Panteia, 2017

tabel 21 Waar heeft u informatie ingewonnen? (meerdere antwoorden mogelijk)

	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>	<i>Totaal</i>
Internet	76,5%	62,4%	67,4%
Verloskundige	19,6%	30,1%	26,4%
Folder/boekje	13,7%	21,5%	18,8%
Familie/vrienden/kennissen	5,9%	19,4%	14,6%
Gynaecoloog	11,8%	14,0%	13,2%
Begeleider zwangerschapsgym/-zwemmen etc.	2,0%	4,3%	3,5%
Huisarts	0,0%	1,1%	0,7%
Totaal (n)	51	93	144

Bron: Panteia, 2017

tabel 22 Van wie of waar verwacht u informatie over het gebruik en risico's van alcohol tijdens de zwangerschap? (meerdere antwoorden mogelijk)

	<i>Kinderwens</i>
Verloskundige	79,7%
Huisarts	67,8%
Gynaecoloog	55,5%
Familie/vrienden/kennissen/collega's	40,7%
Internet	37,7%
Begeleider bij zwangerschapsgym/zwemmen etc.	18,2%
Ik verwacht van niemand dat hij/zij mij informeert over dit onderwerp	0,8%
Weet niet	4,7%
Totaal (n)	236

Bron: Panteia, 2017

## 4.1 Analyse

Een veelgehoord motief om tijdens de zwangerschap alcohol te drinken is dat men vermoedt dat 'een paar slokjes niet uitmaken'. Deze foutieve opvatting leeft bij ongeveer een kwart van de vrouwen. Dit is dus vooral een kenniskwestie. Uit onderzoek is immers bekend dat geen enkele



hoeveelheid veilig is. Als er sprake is van een gebrek aan kennis, waardoor de risico's te laag worden ingeschat, rijst de vraag of voorlichting leidt tot onthouding van alcohol tijdens de zwangerschap.

Uit de analyses komt een gemengd beeld over het effect van voorlichting. Het krijgen van voorlichting bleek namelijk geen significante positieve impuls te hebben gegeven aan niet-drinken tijdens de zwangerschap. Vrouwen die aangaven dat ze voorlichting hadden gehad waarbij ze iets nieuws hadden geleerd, dronken juist vaker tijdens de zwangerschap dan vrouwen die aangaven dat ze geen voorlichting hadden gehad.

Daar tegenover staat echter dat ook de vrouwen die aangaven dat ze geen voorlichting hadden gekregen, maar hier wel behoefte aan hadden, uiteindelijk significant vaker alcohol dronken tijdens de zwangerschap dan vrouwen die geen voorlichting hadden gekregen en hier ook geen behoefte aan hadden.

Het is de vraag wat hieruit geconcludeerd kan worden over de voorlichting. Enerzijds lijkt het duidelijk dat er een groep vrouwen is, die reeds over voldoende kennis beschikt om uit eigen overwegingen niet te drinken. Deze groep heeft geen voorlichting nodig en heeft hier ook geen behoefte aan. Daar tegenover staat een groep die wel voorlichting wenst. Het blijkt echter dat het aanleren van nieuwe kennis niet per definitie leidt tot het nalaten van alcoholconsumptie.

## 4.2 Conclusie

In het algemeen zijn vrouwen goed op de hoogte van het feit dat een vrouw tijdens de zwangerschap beter geen alcohol kan drinken. Er is echter een minderheid, variërend van 15 tot 25 procent, die bij vragen over wanneer alcohol wel of niet gedronken zou kunnen worden, niet de juiste antwoorden geeft. Deze vrouwen beschikken dus over te weinig kennis over de geldende normen voor een veilige zwangerschap, namelijk dat ook kleine hoeveelheden schadelijk kunnen zijn. Vooral het idee dat kleine hoeveelheden niet schadelijk zouden kunnen zijn, leeft bij bijna een kwart van alle vrouwen. Er is niet veel verschil in kennis tussen vrouwen die wel en nog niet zwanger zijn geweest. Alleen op enkele gedetailleerde vragen is er een iets groter aandeel vrouwen dat het antwoord niet weet.

Vrouwen geven aan dat ze ook vóór hun zwangerschap in meer of mindere mate over kennis inzake alcohol tijdens de zwangerschap beschikken. Er is dan ook geen duidelijke correlatie tussen voorlichting en alcoholgebruik: vrouwen die geen voorlichting hebben gehad, drinken zelfs relatief minder vaak alcohol dan vrouwen die dit wel voorlichting hebben gehad en hier iets nieuws hebben geleerd. Blijkbaar had een deel van de vrouwen dus geen voorlichting nodig om te weten dat alcohol tijdens de zwangerschap wordt afgeraden. Overigens was het slechts een klein deel van de vrouwen dat zei dat voorlichting op dit gebied tot nieuwe in-

zichten heeft geleid. Van de vrouwen die geen voorlichting hebben gehad, vindt een klein deel dit een gemis. Ook dit is een groep die relatief vaak alcohol drinkt.

Kortom: het effect van voorlichting op het drinken van alcohol is niet geheel duidelijk. Ogenscheinlijk is er een groep die (ook naar eigen zeggen) behoefte heeft aan voorlichting, maar leidt de voorlichting niet noodzakelijkerwijs tot het nalaten om tijdens de zwangerschap te drinken. Hier rijst dus de vraag hoe effectief voorlichting op dit gebied is. Dit hangt wellicht af van de methoden waarop de voorlichting is gebaseerd en wie de voorlichting geeft.

In het kader van de vraag wie de voorlichting geeft is het interessant om op te merken dat vrouwen die zelf informatie opzoeken dit vooral via internet doen (in mindere mate) bij de verloskundige. Vrouwen die nog niet zwanger zijn geweest verwachten daarin juist een grotere rol voor de professionals: verloskundigen, huisarts en gynaecoloog.





## 5 Sociale invloeden

Een tweede aspect dat mogelijk van invloed is op het drinken van alcohol tijdens de zwangerschap is de invloed van de sociale kring om de zwangere vrouw. Steun van de sociale omgeving om geen alcohol te drinken kan ertoe leiden dat vrouwen niet drinken. Anderzijds kunnen personen in de sociale kring zwangere vrouwen er juist ook toe verleiden om wel alcohol te drinken. Allereerst kijken we naar de mate waarin zwangere vrouwen steun krijgen of juist verleid worden om alcohol te drinken. Ook kijken we naar sociale normen om de zwangere vrouw heen. Vervolgens analyseren we de correlatie met het drinken van alcohol.

### 5.1 Steun en verleiding

Rond de tachtig procent van de vrouwen voelde zich door de omgeving gesteund om tijdens de zwangerschap geen alcohol te drinken (tabel 23). Elf procent gaf daarentegen aan geen steun te ervaren. Deze steun kwam vooral van de partner, (schoon)ouders en vriend(inn)en (tabel 24).

tabel 23 Voelt u/voelde u zich gesteund door uw omgeving om geen alcohol te drinken tijdens de zwangerschap?<sup>3</sup>

	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>	<i>Totaal</i>
ja	83,3%	78,5%	80,4%
deels	5,1%	11,2%	8,8%
nee	11,6%	10,3%	10,8%
Totaal (n)	138	214	352

Bron: Panteia, 2017

tabel 24 En wie steunde(n) u om geen alcohol te drinken? (meerdere antwoorden mogelijk)

	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>	<i>Totaal</i>
Partner	80%	71%	74,6%
(Schoon)ouders	60%	47%	52,3%
Vrienden en vriendinnen	63%	45%	52,7%
Verloskundige	35%	27%	30,0%
Collega's	25%	23%	24,0%
Huisarts	23%	11%	15,9%
Niemand in het bijzonder	26%	36%	31,8%
Totaal (n)	118	168	282

Bron: Panteia, 2017

<sup>3</sup> Personen die hebben aangeven nooit alcohol te drinken zijn niet meegenomen in deze tabel.



In plaats van de zwangere vrouw te steunen om geen alcohol te drinken, kan de omgeving de vrouw ook juist in verleiding brengen om te drinken, door alcohol aan te bieden en/of door te zeggen dat het drinken van (kleine hoeveelheden) alcohol geen kwaad kan. Een derde van de vrouwen bevestigt dat dit laatste tijdens hun zwangerschap is voorgevallen (tabel 25).

tabel 25 Waren er ook mensen in uw omgeving die zeiden, dat een glaasje/slokje wel moest kunnen?

	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>	<i>Totaal</i>
Ja	31,4%	34,5%	33,3%
Nee	68,6%	65,5%	66,7%
Totaal (n)	169	264	433

Bron: Panteia, 2017

Het idee dat een glaasje/slokje 'wel moet kunnen' tijdens de zwangerschap kwam vooral van vrienden en vriendinnen. Een groot deel van de respondenten gaf aan dat 'niemand in het bijzonder' gezegd zou hebben dat het geen kwaad kan om (kleine hoeveelheden) alcohol tijdens de zwangerschap te drinken. Dit kan op verschillende wijzen worden geïnterpreteerd. Wellicht wilden de vrouwen niet prijsgeven wie dit tegen hen had gezegd. Het kan ook zijn dat de vrouwen het niet meer precies weten of dat de hele sociale omgeving niet afwijzend stond ten opzichte van het drinken door de aanstaande moeder.

tabel 26 Welke personen in uw omgeving zeiden dat een glaasje/slokje wel moest kunnen? (Meerdere antwoorden mogelijk)

	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>	<i>Totaal</i>
Vrienden en vriendinnen	45,3%	44,0%	44,4%
Collega's	18,9%	19,8%	19,4%
(Schoon)ouders	13,2%	23,1%	19,4%
Partner	5,7%	9,9%	8,3%
Verloskundige	0,0%	3,3%	2,1%
Sociale media	0,0%	1,1%	0,7%
Niemand in het bijzonder	49,1%	64,8%	59,0%
Totaal (n)	53	91	144

Bron: Panteia, 2017

Aan ongeveer 20 procent van de vrouwen is alcohol aangeboden tijdens hun zwangerschap (tabel 27). Voor de meeste vrouwen is dit slechts sporadisch geweest, maar een klein deel geeft aan dat dit vaak is voorgekomen.



tabel 27 Bieden/boden mensen in uw omgeving, die wisten dat u zwanger bent/was, u alcohol aan? Bijvoorbeeld op een feestje of een etentje?

	Zwanger	Zwanger geweest	Totaal
Ja, heel vaak/elke keer	0,0%	3,4%	2,1%
Ja, dit is wel eens voorgekomen	16,0%	18,9%	17,8%
nee	84,0%	77,7%	80,1%
Totaal (n)	169	264	433

Bron: Panteia, 2017

Een ruime meerderheid van de zwangere vrouwen aan wie een glas alcohol werd aangeboden, sloeg dit af of dronk er niet van (tabel 28). Iets meer dan 16 procent dronk er (soms) wel een paar slokjes van of dronk het glas zelfs leeg. Dit komt overeen met de uitkomsten uit een vraag die aan alle vrouwen is voorgelegd, namelijk hoe men zou reageren in de (hypothetische) situatie waarin hen bij een speciale gelegenheid (huwelijk, etentje, Kerst, oud en nieuw) een drankje wordt aangeboden (tabel 29).

De voornaamste reden waarom vrouwen alsnog een drankje aannemen is omdat ze vinden dat een paar slokjes of één glas alcohol wel kan, ondanks de zwangerschap (tabel 30). Daarnaast vindt een aantal vrouwen het lastig of vervelend om het glas te weigeren.

tabel 28 En wat heeft u toen gedaan?

	Zwanger	Zwanger geweest	Totaal
Ik neem/nam het glas niet aan	81,5%	74,6%	76,7%
Ik neem/nam het glas gewoon aan, maar drink/dronk er niet van	11,1%	5,1%	7,0%
Ik neem/nam alleen een slokje of een paar slokjes, de rest laat/liet ik staan	7,4%	13,6%	11,6%
Ik drink/dronk het glas gewoon leeg	0,0%	1,7%	1,2%
Hangt/hing van de situatie af; soms drink/dronk ik wel een paar slokjes	0,0%	5,1%	3,5%
Totaal (n)	27	59	86

Bron: Panteia, 2017



tabel 29 Stel u wordt/werd op een speciale gelegenheid (huwelijk, etentje, Oud en Nieuw) een glas alcohol aangeboden. Wat doet/deed u dan?

	Zwanger	Zwanger geweest
Ik neem het glas niet aan	81,1%	50,8%
Ik neem het glas gewoon aan, maar drink er niet van	11,8%	4,2%
Ik neem alleen een slokje/of een paar slokjes, rest laat ik staan	5,3%	5,7%
Ik drink het glas gewoon leeg	0,6%	1,9%
Hangt van de situatie af; soms drink ik wel een paar slokjes	1,2%	1,1%
is niet voor gekomen	n.v.t.	33,0%
weet niet (meer)	0,0%	3,4%
Totaal (n)	169	264

Bron: Panteia, 2017

tabel 30 Drinkt/dronk u de alcohol omdat..?

	Zwanger	Zwanger geweest	Totaal
U vindt dat een paar slokjes of een glas alcohol best kan (ondanks de zwangerschap)	53,8%	26,9%	35,9%
Of omdat u het lastig of vervelend vindt om het glas te weigeren	15,4%	26,9%	23,1%
Beiden	15,4%	26,9%	23,1%
Weet niet	15,4%	19,2%	17,9%
Totaal (n)	13	26	39

Bron: Panteia, 2017

Aan de vrouwen die nog niet zwanger zijn geweest is ook de (hypothetische) situatie voorgelegd dat ze in verwachting zijn en bij een speciale gelegenheid een glas alcohol krijgen aangeboden. Een overgrote meerderheid geeft aan dat ze de alcoholische consumptie niet opdrinken (tabel 17). Een klein deel van de vrouwen staat niet per definitie afwijzend ten opzichte van in ieder geval een paar slokjes: 5 procent zegt zeker een paar slokjes te nemen en 4 procent laat het van de situatie afhangen.

Aan de vrouwen die wel van het glas zouden drinken, is ook naar een motivatie gevraagd waarom ze dit zouden doen. Daarop antwoordden zij veelal dat ze denken dat een paar slokjes geen kwaad kunnen. Het feit dat ze het lastig of vervelend zouden vinden om het glas te weigeren speelt daarbij een ondergeschikt belang.

tabel 24 Stel u bent zwanger, en u wordt op een speciale gelegenheid (huwelijk, etentje, Oud en Nieuw) een glas alcohol aangeboden. Wat zou doet u dan?

	<i>Kinderwens</i>
Ik neem het glas niet aan	68%
Ik neem het glas gewoon aan, maar drink er niet van	21%
Ik neem alleen een slokje/of een paar slokjes, rest laat ik staan	5%
Hangt van de situatie af	4%
Ik drink het glas gewoon leeg	0%
Kan ik nu niet voorspellen/weetniet	3%
Totaal (n)	237

Bron: Panteia, 2017

## 5.2 Sociale norm

De steun die zwangere vrouwen krijgen om niet te drinken en de verleidingen om dit toch te doen vinden plaats in een sociale context waar bepaalde normen en waarden gelden. Deze kunnen variëren tussen sociale kringen. Daarom is er in de enquêtes een aantal vragen gesteld over het alcoholgebruik onder zwangere vrouwen in de eigen omgeving en hoe men daarop reageert.

Vooraf van de zwangere vrouwen en vrouwen die zwanger zijn geweest, dus de vrouwen met persoonlijke ervaring met zwangerschap, kende een aanzienlijk deel (namelijk ruim een derde) minimaal één vriendin die tijdens haar zwangerschap dronk. Het aandeel vrouwen dat in de sociale omgeving wordt geconfronteerd met alcohol drinkende zwangere vrouwen is dus groter dan het aandeel vrouwen dat zelf aangeeft alcohol te hebben gedronken tijdens de zwangerschap.

tabel 31 Zijn er zwangere vrouwen/vriendinnen in uw omgeving die alcohol drinken? Of zijn er vrouwen/vriendinnen waarvan u weet dat zij tijdens hun zwangerschap alcohol hebben gedronken?

	<i>Kinderwens</i>	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>	<i>Zwanger + Zwanger geweest</i>
Ja, de meesten	1,7%	1,8%	3,4%	2,8%
Ja, enkele of één	17,7%	24,3%	36,4%	31,6%
Nee	62,0%	60,9%	60,2%	60,5%
ik heb geen zwangere vrouwen/ vriendinnen in mijn omgeving	18,6%	13,0%	0,0%	5,1%
Totaal (n)	237	169	264	433

Bron: Panteia, 2017

De meeste vrouwen geven aan dat ze wel een zwangere vriendin erop zouden aanspreken als die vriendin alcohol zou drinken (tabel 32), maar bij onbekende zwangere vrouwen is men daar veelal terughoudend in



(tabel 33). Meer dan driekwart van alle groepen (vrouwen met een kinderwens, zwangere vrouwen en vrouwen die zwanger zijn geweest) zou de betreffende vriendin aanspreken. Bij onbekenden zou juist 77 procent of meer van de vrouwen de vrouw juist niet aanspreken (tabel 33).

tabel 32 Zou u een zwangere vriendin er op aanspreken als zij een kleine hoeveelheid alcohol zou drinken?

	<i>Kinderwens</i>	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>	<i>Zwanger + Zwanger geweest</i>
Ja zeker wel	35,9%	44,4%	43,9%	44,1%
Waarschijnlijk wel	40,1%	36,7%	31,8%	33,7%
Waarschijnlijk niet	17,7%	14,8%	15,5%	15,2%
Zeker niet	6,3%	4,1%	8,7%	6,9%
Totaal (n)	237	169	264	433

Bron: Panteia, 2017

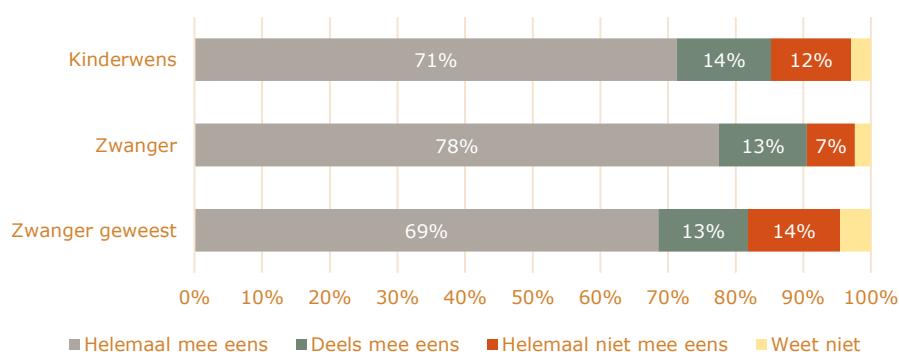
tabel 33 Zou u een onbekende zwangere vrouw aanspreken, als u ziet dat zij een kleine hoeveelheid alcohol zou drinken?

	<i>Kinderwens</i>	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>	<i>Zwanger + Zwanger geweest</i>
Ja zeker wel	3,8%	7,1%	6,1%	6,5%
Waarschijnlijk wel	15,2%	16,0%	15,9%	15,9%
Waarschijnlijk niet	46,4%	46,2%	45,1%	45,5%
Zeker niet	34,6%	30,8%	33,0%	32,1%
Totaal	237	169	264	433

Bron: Panteia, 2017

Tot besluit is de vrouwen ook een stelling voorgelegd die verband houdt met de sociale norm, namelijk: "ik vind het onbegrijpelijk dat vrouwen alcohol drinken tijdens de zwangerschap" (figuur 6). Van de drie groepen, zijn de zwangere vrouwen het hier iets vaker mee eens dan de vrouwen met kinderwens. Het is opvallend dat vrouwen die zwanger zijn geweest relatief het vaakst aangeven het niet eens te zijn met die stelling. Er is niet gevraagd naar een verdere motivatie. Uit de vorige vragen bleek echter wel dat vrouwen die recentelijk zwanger zijn geweest ook vaker vrouwen kennen die alcohol drinken tijdens de zwangerschap. Wellicht dat deze ervaringen ervoor hebben gezorgd dat zij minder hard oordelen over andere vrouwen.

figuur 6 Stelling: ik vind het onbegrijpelijk dat vrouwen alcohol drinken tijdens de zwangerschap



Bron: Panteia, 2017

### 5.3 Analyse

Het krijgen van steun vanuit de sociale omgeving heeft een significant effect op vrouwen om niet te drinken tijdens de zwangerschap. Van de vrouwen die weinig tot geen steun hebben ervaren van de omgeving, heeft bijna 44 procent aangegeven te hebben gedronken gedurende de zwangerschap. Van de vrouwen die wel steun hebben ervaren om geen alcohol te drinken, dronk slechts 7 procent (tabel 34). Uit de analyses blijkt dat de steun die vrouwen krijgen het grootste effect heeft op de keuze om inderdaad niet te drinken tijdens de zwangerschap.

tabel 34 Ervaren steun om geen alcohol te drinken en uiteindelijk alcoholgebruik gedurende de zwangerschap

	<i>geen alcohol gedronken</i>	<i>wel alcohol gedronken</i>	<i>Totaal</i>
deels/geen steun	56,5%	43,5%	100% (n=69)
wel steun	92,6%	7,4%	100% (n=283)
Totaal	n=301	n=51	n=352

Bron: Panteia, 2017

Vrouwen waarvan mensen in de omgeving zeiden dat een glaasje/slokje alcohol wel moest kunnen, hebben vaker alcohol gedronken (18 procent) dan vrouwen waarvan er geen mensen in de omgeving waren die zeiden dat een glaasje/slokje wel moest kunnen (8 procent). Bovendien hebben zwangere vrouwen die (wel eens) een drankje kregen aangeboden, vaker alcohol gedronken tijdens de zwangerschap (23 procent) dan vrouwen die hebben aangegeven nooit een drankje te kregen aangeboden. Daarbij kan de causaliteit overigens twee kanten op zijn gegaan: de



vrouwen kunnen alcohol hebben gedronken omdat het hen werd aangeboden, maar het kan ook zijn dat het hen werd aangeboden, omdat de aanbieder wist dat de zwangere vrouw alcohol dronk.

Naast de actieve steun of het actief in de verleiding brengen, lijkt ook de sociale norm bij vrienden en familie een rol te spelen. Vrouwen die hebben aangegeven dat ze vrouwen/vriendinnen in de omgeving kennen die tijdens hun zwangerschap alcohol hebben gedronken, blijken zelf ook vaker (18 procent) alcohol te drinken dan vrouwen die hebben aangegeven dat ze geen vriendinnen hebben die gedurende hun zwangerschap drinken (8 procent).

## 5.4 Conclusie

De sociale omgeving heeft een belangrijk effect op het drinken van alcohol tijdens de zwangerschap. Dit kan zowel positief als negatief zijn. De meeste vrouwen voelden zich tijdens de zwangerschap gesteund om niet te drinken. De steun leidt ertoe dat vrouwen minder snel geneigd zijn om te drinken. Ook blijkt dat vrouwen elkaar in veel gevallen daarin ook willen steunen (c.q. elkaar erop durven aan te spreken).

Ongeveer een vijfde van de vrouwen geeft aan slechts gedeeltelijk of helemaal niet gesteund te zijn. Bovendien is bij één derde van de zwangere vrouwen door de sociale omgeving gezegd dat 'een paar slokjes geen kwaad kunnen' en is aan een vijfde van de vrouwen ook actief alcohol aangeboden. Meestal slaan de vrouwen aangeboden alcohol af, maar in een aantal gevallen gaan vrouwen erin mee, omdat ze denken dat het geen kwaad kan of omdat ze het moeilijk vinden om te weigeren. De opmerking van anderen dat 'een paar slokjes geen kwaad kunnen' lijkt deze keuze gemakkelijker te maken.

Het feit dat zwangere vrouwen vaker alcohol drinken wanneer zij ook andere zwangere vrouwen in hun omgeving kennen die drinken, bevestigt de grote invloed van de sociale omgeving op het drinken van alcohol.

## 6 Conclusies en aanknopingspunten voor beleid

In dit afsluitende hoofdstuk beantwoorden we de twee hoofdvragen, namelijk:

1. Welke psychosociale en omgevingsfactoren beïnvloeden het alcoholgebruik van vrouwen die zwanger willen worden en zwanger zijn?
2. Welke aanknopingspunten zijn er voor beleid gericht op het terugdringen van alcoholgebruik voorafgaand aan en tijdens de zwangerschap?

### 6.1 psychosociale en omgevingsfactoren

De belangrijkste factoren die samenhangen met het drinken van alcohol tijdens de zwangerschap zijn (per categorie):

#### *Persoonskenmerken en gedrag*

- Geen gebruik van foliumzuur tijdens de zwangerschap,
- Laag opleidingsniveau (en in mindere mate juist hoog opleidingsniveau)
- Roken,
- Wekelijks alcoholconsumptie voor de zwangerschap.

#### *Sociale invloeden*

- Niet worden gesteund door de sociale omgeving,
- Alcohol aangeboden krijgen,
- De boodschap dat 'een paar slokjes niet uitmaken' van de sociale omgeving,
- De aanwezigheid van andere vrouwen die tijdens de zwangerschap alcohol drinken.

#### *Kennis en voorlichting*

- Denken dat beperkte hoeveelheden alcohol niet schadelijk zijn,
  - Geen voorlichting krijgen, maar hier wel behoefte aan hebben.
- Daarnaast bleken ook vrouwen die bij de voorlichting nieuwe inzichten kregen, relatief vaker alcohol te drinken.

Bovendien bleek dat vrouwen relatief vaker wel nog dronken toen ze zwanger probeerden te worden en pas nadat ze (wisten dat ze) zwanger waren stopten met drinken.

### 6.2 Aanknopingspunten voor beleid

Op basis van de bevindingen in het onderzoek zijn er enkele duidelijke aanknopingspunten voor het beleid.

#### ***Maak duidelijk dat er 'geen veilige hoeveelheid alcohol' is***

Het belangrijkste motief van vrouwen om, ondanks hun zwangerschap, toch in meer of mindere mate te drinken, is het idee dat 'een paar slokjes' niet schadelijk zijn. Dit idee leeft niet alleen bij een deel van de



zwangere vrouwen zelf, maar ook bij de sociale omgeving om de vrouw heen.

In de communicatie richting zowel de vrouwen met kinderwens, als iedereen eromheen, zou het beter bekend moeten zijn dat er van geen enkele hoeveelheid alcohol is bewezen dat het veilig is. Ook een paar kleine slokjes kunnen kwalijke gevolgen hebben voor het ongeboren kind. Deze boodschap zou als een paal boven water moeten staan, zonder dat er nuances in worden aangebracht.

### ***Zet in op de sociale omgeving om de zwangere vrouw te helpen***

De sociale omgeving blijkt de belangrijkste factor te zijn die bijdraagt aan het al dan niet drinken van alcohol door de zwangere vrouw. Wanneer de vrouw wordt gesteund, drinkt zij minder vaak en wanneer de vrouw wordt verleid tot het drinken van alcohol, zal zij ook vaker drinken. Bovendien blijkt uit het onderzoek dat vriendinnen elkaar er ook op durven aanspreken om niet te drinken.

Op basis van die kennis, is het aanbevelenswaardig om in te zetten op de sociale omgeving om zwangere vrouwen en vrouwen met een kinderwens te ondersteunen. Professionals kunnen bijvoorbeeld partners die meekomen naar consultatiegesprekken expliciet erop wijzen dat zij hun partner moeten helpen om niet te drinken. Ook zou een soortgelijke landelijke campagne zoals die er nu al is voor roken kunnen helpen. In die campagne worden vrouwen opgeroepen om hun (zwangere) vriendin te helpen, door niet in haar buurt te roken<sup>4</sup>.

In de communicatie naar de sociale omgeving zou ook weer de notie dat er geen veilige hoeveelheid alcohol is voor een zwangere vrouw als uitgangspunt kunnen dienen. Op basis daarvan kan dan het advies worden gegeven om de zwangere vriendin/partner te helpen.

### ***Let op de doelgroep bij de voorlichting***

Uit de analyses bleek dat voorlichting niet per definitie leidt tot minder alcoholgebruik. De meeste vrouwen zijn al op de hoogte van het feit dat het beter is om geen alcohol te drinken tijdens de zwangerschap. Wel was het opvallend dat de vrouwen die geen voorlichting hadden gehad, maar hier wel behoefte aan hadden, relatief vaker alcohol dronken. Dit geeft aan dat er wellicht nog iets te winnen is met voorlichting aan specifieke doelgroepen.

Het is aan professionals zoals verloskundigen, huisartsen en gynaecologen om goed na te gaan hoe het met de kennis van de zwangere vrouw is gesteld en in hoeverre er een kennisbehoefte is. Deze professionals zijn namelijk de partijen waarvan vrouwen zonder kinderen verwachten dat zij informatie gaan krijgen. Bovendien kunnen zij vanuit een autoriteitspositie voorlichting geven. Uit het onderzoek blijkt dat vrouwen die hebben gerookt, geen foliumzuur gebruiken voor en/of tijdens de zwangerschap en/of wekelijks alcohol dronken relatief vaker tijdens de zwangerschap drinken. Daarbij waren het zowel hoger- als lageropgeleiden

---

<sup>4</sup> <https://www.rijksoverheid.nl/actueel/nieuws/2017/02/10/een-rookvrije-start-voor-alle-kinderen>.



die relatief vaker alcohol dronken. Al deze genoemde groepen zouden extra aandacht kunnen krijgen bij de voorlichting.

Om de voorlichting effectiever te maken kan wellicht de partner en/of sociale omgeving er nadrukkelijk bij worden betrokken en kan de boodschap dat er van geen veilige hoeveelheid alcohol is centraal staan.

### ***Goede vindbaarheid van duidelijke informatie op het internet***

Wanneer vrouwen zelf informatie inwinnen over alcoholgebruik tijdens de zwangerschap, doen ze dat primair via internet. Het is daarom van belang dat zij online op een gemakkelijke wijze de juiste informatie kunnen vinden. Dit kan via een website van het ministerie van VWS, de Rijksoverheid in het algemeen of van andere instanties als STAP zijn. Idealiter zouden er zelfs verschillende websites met dezelfde boodschap ten aanzien van alcoholgebruik tijdens de zwangerschap bovenaan in de zoekresultaten bij zoekmachines zoals Google verschijnen. Op die manier wordt voorkomen dat vrouwen verschillende signalen van websites krijgen.

### ***Bewustwording breder in de maatschappij***

Niet alleen zwangere vrouwen en hun sociale omgeving zouden aangesproken moeten worden. Ook breder in de maatschappij zou deze boodschap dat er geen veilige hoeveelheid alcohol is, bekend moeten zijn. Schade door alcoholgebruik kan namelijk ook ontstaan op het moment dat de vrouw al in verwachting is, maar dit zelf nog niet weet. Daarom is het verstandig om te stoppen met het drinken van alcohol wanneer een vrouw zwanger probeert te worden.

Vóór de zwangerschap is de vrouw veelal nog niet in beeld bij professionals die voorlichting kunnen geven. Dus is het dan al mogelijk te laat om de vrouw op de schadelijke gevolgen te wijzen en de sociale omgeving te activeren. Daarom zou het de gezondheid van de ongeboren kinderen ten goede kunnen komen als ook de laatste 25 procent van de vrouwen met een kinderwens weet dat er geen enkele veilige hoeveelheid alcohol is en dat het voor het ongeboren kind beter is om ook in het vroegste stadium van de zwangerschap er niet mee in aanraking te komen.





# Bijlagen

## Bijlage 1 Onderzoeksvragen

De centrale onderzoeksdoelstelling hebben we uitgewerkt in een reeks subvragen, waarbij we gebruik hebben gemaakt van elementen van een aantal bekende modellen voor determinanten van gedrag en determinanten van gedragsverandering. Het gaat bijvoorbeeld om de Theorie van gepland gedrag, het Health Belief Model en het Stages of Change model.<sup>5</sup> De daaruit afkomstige thema's zijn in rood weergegeven achter de bijbehorende vragen. Daarbij zijn we ons ervan bewust dat gedrag niet alleen beïnvloed wordt door rationele afwegingen over voor- en nadelen van het gedrag, maar ook samenhangt met veel onbewuste processen.

Hieronder staat de volledige lijst van subvragen:

### Vrouwen in de vruchtbare leeftijd met een kinderwens

- Wat zijn kennis, intenties en motivaties ten aanzien van alcohol gebruik ten aanzien van alcoholgebruik voorafgaand aan en tijdens de zwangerschap?
  - Welke kennis hebben vrouwen in de vruchtbare leeftijd met een kinderwens over de schadelijkheid van alcohol voorafgaand aan en tijdens zwangerschap? (**kennis**)
  - Hoe schat de doelgroep de ernst van en kans op negatieve effecten van alcoholgebruik tijdens de zwangerschap in? (**kennis en motivatie**)
  - Hoe informeert de doelgroep zich over gezondheidsonderwerpen in het algemeen en gezondheid tijdens de zwangerschap in het bijzonder? (**informatiekanalen**)
  - Welke voornemens heeft deze doelgroep wat betreft alcoholconsumptie voorafgaand en tijdens zwangerschap? (**intentie**)
  - Welke motivatie heeft de doelgroep voor deze voornemens? (**motivaties**)
- In hoeverre verwacht de doelgroep zich te houden aan de voornemens over alcoholconsumptie voorafgaand aan en tijdens zwangerschap? (**verwacht gedrag**)
- Welk gedrag rond alcoholgebruik ziet men bij andere vrouwen die zwanger zijn of willen worden? (**sociale norm**)
- Wat is de verwachte rol van de omgeving op het alcoholgebruik voorafgaand aan en tijdens zwangerschap? (bijvoorbeeld partner, familie, vrienden, verloskundige, huisarts) (**sociale norm**)

### Zwangere vrouwen en vrouwen die (recent) zwanger zijn geweest

- Wat zijn kennis, intenties en motivaties ten aanzien van alcohol gebruik ten aanzien van alcoholgebruik voorafgaand aan en tijdens de zwangerschap?

<sup>5</sup> Brug J, P van Assema, L Lechner. Gezondheidsvoorlichting en gedragsverandering. Een planmatige aanpak. Van Gorcum, 2007.



- Welke kennis hebben zwangere vrouwen over de schadelijkheid van alcohol voorafgaand aan en tijdens zwangerschap? (**kennis**)
- Hoe schat de doelgroep de ernst van en kans op negatieve effecten van alcoholgebruik tijdens de zwangerschap? (**kennis en motivatie**)
- Hoe heeft de doelgroep zich geïnformeerd over gezondheid tijdens de zwangerschap en alcoholgebruik in het bijzonder? (**informatiekanalen**)
- Welke voornemens had deze doelgroep wat betreft alcoholconsumptie voorafgaand en tijdens zwangerschap? (**intentie**)
- Welke motivatie had de doelgroep voor dit voornemen? (**motivaties**)
- In hoeverre heeft de doelgroep alcohol gedronken voorafgaand aan en tijdens zwangerschap? (**gedrag**) Indien er sprake is van alcoholgebruik:
  - Hoeveel alcohol heeft men gedronken tijdens de zwangerschap en in welke fase van de zwangerschap?
  - In welke situaties heeft men alcohol gedronken?
  - In hoeverre was men open over het alcoholgebruik naar anderen?
- Hoe moeilijk of makkelijk heeft de doelgroep het ervaren om de voornemens uit te voeren? Welke factoren waren hierop van invloed? (bijvoorbeeld stress, huiselijke situatie, drinkgedrag voorafgaand aan de zwangerschap, eerdere zwangerschappen, duur van preconceptietijd) (**eigen effectiviteit**)
- Welk gedrag rond alcoholgebruik ziet men bij andere vrouwen die zwanger zijn of willen worden? (**sociale norm**)
- Wat is de ervaren rol van de omgeving op het alcoholgebruik voorafgaand aan en tijdens zwangerschap? (bijvoorbeeld partner, familie, vrienden, verloskundige, huisarts) (**sociale norm**)

#### **Overkoepelende vragen**

- In hoeverre zijn er verschillen en overeenkomsten in kennis, motivaties en (verwacht) gedrag ten aanzien van alcoholgebruik voorafgaand aan en tijdens de zwangerschap tussen vrouwen met een kindwens, zwangere vrouwen en vrouwen die (recent) zwanger zijn geweest?
- In hoeverre verschillen de kennis, motivaties en (verwacht) gedrag naar achtergrondkenmerken (opleiding, leeftijd en inkomen)?
- Waar liggen aanknopingspunten voor beleid gericht op het stimuleren van het gewenste gedrag (= de 'nulnorm' voor alcohol tijdens de zwangerschap)?

## Bijlage 2 **Achtergrondkenmerken steekproef**

### **Persoonskenmerken**

tabel 35 Leeftijd

	<i>Kinderwens</i>	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>
Gemiddelde leeftijd	28,4	29,6	31,6
Totaal (n)	237	169	264

Bron: Panteia, 2017

tabel 36 Wat is het hoogste opleidingsniveau dat u met een diploma heeft afgerond?

	<i>Kinderwens</i>	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>
Basisschool	0%	1%	1%
Lager of middelbaar voorgezet onderwijs (VMBO, LBO of MAVO)	6%	9%	11%
Hoger voortgezet onderwijs (HAVO of VWO)	10%	6%	5%
Middelbaar beroepsonderwijs (MBO)	39%	43%	46%
Hoger beroepsonderwijs (HBO) of universiteit	44%	41%	38%
Totaal	237	169	264

Bron: Panteia, 2017

tabel 37 Wat is uw woonsituatie?

	<i>Kinderwens</i>	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>
Alleenstaand (nog) zonder kind(eren)	29%	2%	0%
Alleenstaand met kind(eren)	0%	2%	5%
Getrouwd/samenwonend (nog) zonder kind(eren)	57%	52%	1%
Getrouwd / samenwonend met kind(eren)	3%	41%	94%
Thuis bij (schoon)ouders	11%	3%	0%
Lat	0%	0%	0%
Totaal	237	169	264

Bron: Panteia, 2017



tabel 38 Migratieachtergrond: zijn uw beide ouders in Nederland geboren?

	<i>Kinderwens</i>	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>
Ja	87%	84%	84%
Nee	13%	16%	15%
Wil ik niet zeggen	0%	0%	1%
Totaal	237	169	264

Bron: Panteia, 2017

### **Gedragaspecten**

tabel 39 Rookt u?

	<i>Kinderwens</i>
Ja	27%
Nee, wel eerder gerookt, maar nu gestopt	20%
Nee, nooit gerookt	53%
Totaal (n)	237

Bron: Panteia, 2017

tabel 40 Rookt u?

	<i>Zwanger</i>
Ja	5%
Ja, maar nu tijdens de zwangerschap minder	6%
Nee, wel eerder gerookt, maar gestopt	38%
Nee, nooit gerookt	51%
Totaal (n)	169

Bron: Panteia, 2017

tabel 41 Rookt u?

	<i>Zwanger geweest</i>
Ja, ook tijdens de zwangerschap(pen)	5%
Ja, maar gestopt tijdens de zwangerschap(pen)	16%
Nee, wel eerder gerookt, maar nu gestopt	25%
Nee, nooit gerookt	54%
Totaal (n)	264

Bron: Panteia, 2017

tabel 42 Foliumzuur

	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>
Ja	85,8%	88,3%
Nee, nog niet/ga ik nog doen	4,7%	0,0%
Nee	9,5%	11,7%
Totaal (n)	222	317

Bron: Panteia, 2017

tabel 43 Wanneer u niet zwanger bent of probeert te worden, hoe vaak drinkt u één glas alcohol of meer?

	<i>Kinderwens</i>	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>
Elke dag	1,7%	0,0%	1,1%
Bijna elke dag	2,5%	3,6%	2,7%
3-4 dagen per week	3,8%	4,1%	6,4%
1-2 dagen per week	24,9%	16,6%	18,6%
1-3 dagen in de vier weken	22,8%	18,3%	16,7%
Zelden, alleen met speciale gelegenheden	31,6%	39,1%	35,6%
Nooit, houd er niet van	9,3%	13,6%	12,9%
Nooit, vanwege geloofsovertuiging	3,4%	3,6%	4,2%
Nooit, anders;	0,0%	1,2%	1,9%
Totaal	237	169	264

Bron: Panteia, 2017

tabel 44 Op de dagen dat u alcohol drinkt, hoeveel glazen per dag drinkt u dan meestal? (gemiddelde)

	<i>Kinderwens</i>	<i>Zwanger</i>	<i>Zwanger geweest</i>
Aantal glazen	3,0	2,4	2,1

Bron: Panteia, 2017

