

Выберите здоровье своему малышу!

- ▶ Измените свое отношение к курению, постоянно помните о вреде курения для здоровья Вашего будущего малыша.
- ▶ Неблагоприятные последствия для плода выше у тех беременных курильщиц, которые продолжали курить в период беременности, чем у тех кто бросил курить в этот период.
- ▶ Лучше отказаться от курения совсем (желательно еще до наступления беременности).
- ▶ Прекращение курения во время беременности позитивно влияет на массу тела и развитие плода.
- ▶ Помните о том, что пассивное курение (т. е. вдыхание табачного дыма от чужой сигареты) также вредно для Вас и Вашего плода.
- ▶ Планируя очередную беременность, не забывайте о вреде курения для здоровья Вашего будущего ребенка.

Не дарите букет болезней своему ребенку, подарите здоровую жизнь!



**БРОСЬ КУРИТЬ
И
ВЫИГРАЙ ЗДОРОВЬЕ!**

Буклет изготовлен и издан



Общественным Фондом
«Фонд Защиты Здоровья»

при финансовой поддержке



Кампании
«Будущее без табачного дыма»

при технической поддержке



Отдела по борьбе против табака
Республиканского центра
укрепления здоровья

Типография ОсОО "PrintHouse"
Тираж 1000 экз.
Кыргызская Республика,
г. Бишкек, 2008 г



**Курение или Здоровье?
Выбор за Вами**

**Курение во время
беременности вредит
здоровью
Вашего будущего младенца!**



Опасность курения во время беременности

- ▶ При курении беременной женщины никотин свободно проникает через плаценту к плоду.
- ▶ Особенно вреден для зародыша и плода угарный газ и никотин.
- ▶ Никотин представляет собой яд, повреждающий, в первую очередь, нервную систему плода.
- ▶ Табачный дым - один из ведущих факторов, приводящих к изменению структуры генов (мутации), иными словами, табачный дым обладает мутагенными свойствами, вызывая те или иные нарушения в наследственных структурах, ответственных за здоровье потомства.
- ▶ Поражение никотином в начальные сроки беременности наиболее опасно, т.к. может обусловить возникновение глубоких дефектов развития у будущего ребенка, например, врожденный порок сердца.
- ▶ Курение женщин во время беременности увеличивает риск мертворожденных детей, преждевременных родов, а если дети рождаются в срок, то такой ребенок рождается со сниженным весом, отстает в умственном, физическом, а также в эмоциональном развитии.

- ▶ Кроме того, у курящих беременных часто бывают самопроизвольные аборт и выкидыши.
- ▶ Накопившийся в мозге и мышцах плода никотин продолжает свое разрушительное действие и после рождения ребенка и повышает риск внезапной смерти.
- ▶ Токсические вещества табака поступают в организм ребенка также и через грудное молоко, что может привести к поражениям нервной системы и скелета, несовместимые с жизнью.
- ▶ Глубоко ошибается тот, кто думает, что периодическое выкуривание небольшого количества сигарет не вредит здоровью будущего ребенка, даже одна сигарета и редкое курение вызывают не меньше разрушений в организме плода.



Пути воздействия табака и табачного дыма на плод:

- ▶ отравление зародышевых клеток из-за курения родителей до зачатия;
- ▶ курение матери в период беременности;
- ▶ курение отца (или близких) в присутствии беременной жены (женщины);
- ▶ курение матери или отца в присутствии новорожденного (пассивное "курение" младенца);

Данные научных исследований свидетельствуют о том, что дети, чьи родители курили в период беременности или первые годы жизни ребенка, имеют больше шансов заболеть раком легкого и/или многими другими опасными болезнями.

Если курит беременная женщина или окружающие ее люди, то обязательно "КУРИТ" и ее будущий ребенок!