

УГАДАЙТЕ, ВЕРНО, ИЛИ НЕТ?

    	Верно!	Неверно!
С табачным дымом дети вдыхают в 2-3 раза больше токсинов на единицу массы тела, чем взрослые	☒	
Курение в автомобиле никому не навредит, если нет пассажиров		☒
Пассивное курение приводит к задержке развития легких у детей и снижению функции дыхания	☒	
Курение в «другой» комнате – это эффективный способ защитить детей от воздействия табачного дыма		☒
Вторичный табачный дым увеличивает риск возникновения и тяжесть течения бронхиальной астмы у детей	☒	

МАМА И ПАПА, БРОСАЙТЕ КУРИТЬ – РАДИ МЕНЯ!

Все еще продолжаете курить?

☐ Да? ☐ Нет!

Но уже задумываетесь о том, как избавиться от пагубной привычки?

☐ Да? ☐ Нет!

Уже перестали курить дома? ☐ Да? ☐ Нет!

...и в салоне автомобиля? ☐ Да? ☐ Нет!

И подумываете совсем отказаться от курения?

☐ Да? ☐ Нет!

Сделайте это побыстрее. Если не получается самостоятельно – обращайтесь за помощью – к своему доктору, в ближайший кабинет медицинской профилактики или кабинет медицинской помощи по отказу от курения.

Вам теперь есть ради кого стараться! Вам нужен здоровый ребенок, а ребенку – здоровые родители! Удачи Вам!

КОНТАКТЫ:

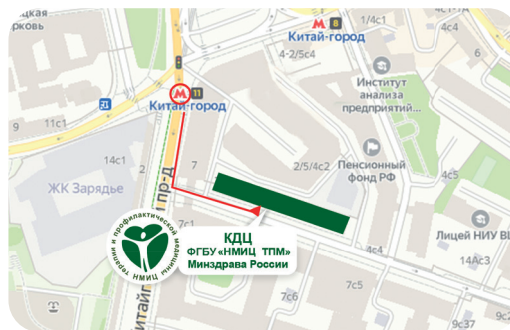
Федеральное государственное бюджетное учреждение «Национальный медицинский исследовательский центр терапии и профилактической медицины» Министерства здравоохранения Российской Федерации

📍 101990, г. Москва, Петроверигский пер., д.10, стр.3



Консультативно-диагностический центр НМИЦ терапии и профилактической медицины

📍 109074, г. Москва, Китайгородский пр-д, д.7



📞 Контакт-центр
+7 (495) 212-07-13

🌐 www.gnicpm.ru

✉ callcenter@gnicpm.ru

Режим работы:

понедельник-пятница
с 8:00 до 20:00,

суббота
с 9:00 до 15:00.



БЕРЕМЕННОСТЬ И КУРЕНИЕ



Федеральное государственное бюджетное учреждение
«Национальный медицинский исследовательский
центр терапии и профилактической медицины»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

РОДИТЕЛИ, СПАСИБО ЗА ШАНС ПОЯВИТЬСЯ НА СВЕТ!

Вопросы-ответы и факты-ответы, почему не нужно курить во время беременности и после нее...

☹️ Мама, когда ты куришь, я курю вместе с тобой!

❓ А разве ребенок не защищен надежно в моей утробе от внешних воздействий?

❗ Только не от табачного дыма! У Вашего ребенка – общий с Вами кровоток. Вредные химикаты табачного дыма, вдыхаемого, вами проникают через легкие в вашу кровеносную систему, а оттуда через плаценту и пуповину попадают в кровь вашего ребенка, нанося непоправимый вред невинному еще не родившемуся созданию! Да, когда Вы курите, ребенок курит вместе с Вами!

☹️ Мама, когда ты куришь, я задыхаюсь!

❓ А если я брошу курить сейчас, во время беременности, не вызовет ли это стресс у моего будущего ребенка?

❗ Отказ от курения – нет! А вот если будете продолжать курить, это будет настоящим стрессом для Вашего ребенка! Из-за недостатка кислорода, который возникает вследствие Вашего курения. Ребенок задыхается в буквальном смысле! Отсюда – все последствия:

- риск выкидышей
- риск мертворождения
- риск родить недоношенного ребенка
- риск родить ребенка с маленьким весом
- риск внезапной смерти ребенка в первом году жизни
- риск частых респираторных инфекций у ребенка
- риск многих хронических болезней у Вашего ребенка в будущем...

А он ведь еще даже не родился! И ничего не сделал, чтоб «заслужить» все это.

☹️ Мама, защити меня, пожалуйста!

❓ Да, но моя мама тоже курила, но у меня-то все в порядке!

❗ Вред от курения проявляется по-разному. Многое

зависит от особенностей организма, от внешних обстоятельств, а также от того, когда, сколько и даже как курила мама когда-то... Только потому, что у Вас нет явно выраженных болезней, не означает, что Вы должны рисковать здоровьем своего ребенка.

Ваш ребенок пока беззащитен, он не может ни постоять за себя, ни «оставить и уйти» в более безопасное место. Не бросайте его, только Вы можете его защитить...

☹️ Мама, я еще совсем маленький, не обкуривай меня!

❓ Я и не знала что беременна... А не поздно ли бросить курить?

❗ Бросить курить – никогда не поздно! Каждая выкуренная Вами сигарета вредит здоровью Вашего будущего малыша. Но! В ваших силах помочь ему! Прекратите курение сейчас, и Ваш ребенок немедленно это почувствует. Хотя бы потому, что восстановится нормальная доставка кислорода в только зародившийся организм маленького создания. Ваш ребенок будет доволен и счастлив!

😊 Мама и папа, спасибо, что я у вас есть!

❓ Мой муж тоже курит, ему тоже надо бросать курить?

❗ Не только активное, но и пассивное курение матери – наносит ущерб развитию и здоровью ребенка. **Курающий папа – это угроза** не только для собственного здоровья, но и для здоровья будущей мамы и будущего малыша.

Регулярное воздействие вторичного табачного дыма на беременную женщину, также чревато высоким риском выкидышей, риском рождения недоношенного ребенка.

ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ ОПАСНО ДЛЯ ВАШЕГО РЕБЕНКА:

- Родившийся маленьким, ребенок подвержен различным инфекциям и болезням в будущем
- Ребенок может родиться с дефектом развития легочной ткани, легкие у детей, подвергающихся пассивному курению хуже развиваются и после рождения
- Ребенку может грозить внезапная смерть в первом году жизни
- У таких детей часты воспаления среднего уха
- Дети-пассивные курильщики до 5 лет чаще остальных болеют пневмонией и чаще умирают от нее
- Эти дети часто и без конца болеют респираторными

инфекциями в детстве

- Они подвержены аллергическим заболеваниям, бронхиальной астме у них встречается чаще, чем у других детей, и протекает тяжелее
- Такие дети могут страдать синдромом дефицита внимания

Доказано, что дети младше одного года у кого курили мамы, в 4 раза больше остальных подвергались госпитализации.

Не поверите, но в 10 раз страшнее, чем дым от сигареты – токсичные испарения застарелого табачного дыма от мебели, ковров, стен, домашней утвари и обивки прокуренных помещений. Доказано, что у детей такой дым может вызвать развитие рака легкого и других локализаций.

А ЗНАЕТЕ, ПОЧЕМУ ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ ТАК ОПАСНО ДЛЯ ДЕТЕЙ? ВСЕ ОЧЕНЬ ПРОСТО!

Дети более чувствительны к вторичному табачному дыму, чем взрослые:

- Поскольку дети меньше весят, на 1 кг веса приходится намного больше вредных веществ.
- Дыхание у детей чаще, чем у взрослых – если взрослые делают 14-18 вдохов и выдохов в минуту, то частота дыхания у новорожденных достигает до 60, у детей до 5 лет дыхание также намного чаще, чем у взрослых. Поэтому в еще развивающиеся детские легкие попадают более высокие концентрации токсинов за то же время, чем у взрослых.
- Несформировавшийся детский организм более чувствителен к токсическому воздействию табачного дыма: пассивное курение может привести к необратимым повреждениям и задержке развития.

ФАКТЫ

- В среднем, дети больше, чем некурящие взрослые подвергаются пассивному курению.
- В 90% случаев причина и источники пассивного курения детей – это родители.
- Более половины детей подвергаются воздействию табачного дыма дома или в автомобиле.

Подготовлено: Гамбарян М.Г., д.м.н. Руководитель Центра профилактики и контроля потребления табака