**Беременность**

 **и курение**

 Родители, спасибо за

 шанс появиться

 на свет!

## 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?

Если не получается сделать это самостоятельно - обращайтесь за помощью к своему доктору, **в** ближайший кабинет медицинской профилакти­ ки или кабинет медицинской помощи при отказе от курения.

### Вам теперь есть ради кого стараться!

**Вам нужен здоровый ребенок, а ребенку - здоровые родители!**

**Удачи вам!**

. ;1) '1 **МИНИСТЕРСТВО**

.,;,.., **ЗДРАВООХРАНЕНИЯ**

**РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

АМИ

Материал разработан

**ФГБУ «ГНИЦ профилактической медицины»**

Минздрава России

**РОССИЙСКОЕ АГЕНТСТВО МЕДИКО-СОЦИАЛЬНОЙ ИНФОРМАЦИИ**

для Министерства здравоохранения Российской Федерации

# Родители, спасибо за шанс появиться на свет!

**А знаете, почему пассивное курение так опасно для детей?**

**Все очень просто!**

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

*Я и не знала, что беременна…*

*А н поздно ли бросить курить?*

**Бросить курить – никогда не поздно!**

Каждая выкуренная сигарета вредит здоровью вашего будущего малыша. 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.

**Курящий 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.

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 более частое, чему взрослых – если взрослые делают 14-18 вдохов и выдохов в минуту, то частота дыхания у новорожденных доходит до 60 вдохов; дети до 5 лет также дышат намного чаще взрослых. Поэтому за одно и то же время в еще развивающиеся детские легкие попадают более высокие концентрации токсинов, чему 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 источник пассивного курения детей – это родители.

Более половины детей подвергаются воздействию табачного дыма дома или в автомобиле.

**Пассивное курение**

Вопросы-отговорки 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. Вред­

ные химикаты табачного дыма, вдыхаемого вами, проникают через легкие **в** вашу кровеносную систе­ му, 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**

 ***Мама, когда ты куришь, я задыхаюсь!***

**с вами!**

CD

*А если я брошу курить сейчас, во время беремен­ ности, 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 на первом году жизни;
* риск частых респираторных инфекции у ребенка;
* риск многих хронических болезней у вашего ре- бенка **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, а у меня-то все в порядке!*

Вред от курения проявляется по-разному, и риск развития болезней нарастает с возрастом. Тот факт, что у вас пока 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 уйти в более безопасное место. Не бросайте его, только вы можете его защитить!

**опасно для вашего ребенка:**

 **Угадайте, верно или нет?**

Верно! Неверно!

С табачным дымом дети вдыхают **в** 2-3 раза больше токсинов на еди­ ницу массы тела, чем взрослые

+

Курение в автомобиле никому не навредит, если нет пассажиров

+

Пассивное курение приводит к за­ держке развития легких у детеи

+

и снижению функции дыхания

Курение в другой комнате - это эффективный способ защитить детей от воздействия табачного дыма

+

Вторичный табачный дым увели- чивает риск возникновения и тя- жесть течения бронхиальной аст- мы у детеи

***+***

* Родившийся недоношенным, ребенок подвержен различ­ ным 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 на первом году жизни.
* У таких детей часты воспаления среднего уха.
* Дети - пассивные курильщики до 5 лет чаще остальных болеют пневмонией и умирают от нее.
* Эти дети часто болеют респираторными инфекциями в детстве.
* Они подвержены аллергическим заболеваниям, брон­ хиальная астма у них встречается чаще, чем у других детей, и протекает тяжелее.
* Такие дети могут страдать синдромом дефицита вни­ мания.

**Доказано, что дети младше одного года, чьи мамы курили, в 4 раза чаще остальных детей подвергались госпитализации.**