

## 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!**



**БЕСПЛАТНАЯ** линия помощи: **2103** от "О!", "МераКом"

**Бросай курить и сохрани здоровье!**

Буклет изготовлен



Общественным Фондом  
«Фонд Защиты Здоровья»

при финансовой поддержке



Кампании  
«Будущее без табачного дыма»

Переиздано:



Республиканским центром  
укрепления здоровья при  
поддержке SWAPs Национальной  
программы по реформе  
здравоохранения «Ден соолук» на  
2012-2016 годы Министерства  
здравоохранения Кыргызской  
Республики.

Типография ОсОО "Kirland"  
Тираж 32 000 экз.  
Кыргызская Республика,  
г. Бишкек, 2016 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, приводящий 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 вызывает 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!**