

- Пока учёные не обнаружили однозначных доказательств влияния никотина на развитие каких-либо нарушений. Многие врачи придерживаются мнения, что почти все осложнения плода, развивающиеся во время беременности, могут быть связаны с продуктами сгорания сигареты и токсинами.
- Многие врачи считают допустимым применение никотинзаместительной терапии, т.е. никотиновых пластырей или жевательной резинки, у беременных женщин. Если Вы не можете отказаться от курения самостоятельно, посоветуйтесь с врачом: возможно, никотинзаместительная терапия — Ваш шанс родить здорового малыша.

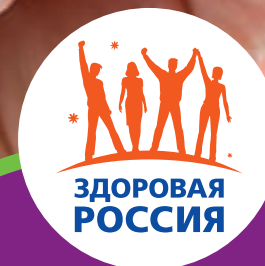


**Беременность — идеальное время бросить курить для обоих родителей. Пары с большей вероятностью достигают успеха, если бросают курить вместе.**



## Курение и будущее Вашего ребёнка: факты

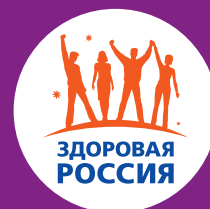
- Курение матери во время беременности предрасполагает детей к ранним экспериментам с курением — даже больше, чем жизнь с курящей матерью.
- Если мать во время беременности выкуривала, по меньшей мере, 10 сигарет в день, вероятность того, что её ребёнок уже попробует курить до 10 лет, возростала в 5 раз.
- Девочки, чья мать во время беременности выкуривала более 10 сигарет в день, в 5 раз чаще злоупотребляют наркотиками в подростковом возрасте.
- У мальчиков, чья мать во время беременности выкуривала более 10 сигарет в день, в 4 раза чаще отмечается проблемное поведение уже в возрасте до 13 лет.
- Исследования детей, чьи матери не отказались от курения во время беременности, обнаружили их большую склонность к употреблению наркотиков. У таких детей отмечаются более низкие в сравнении со сверстниками успехи в обучении и повышенная вероятность психических нарушений в старшем возрасте.



## БЕРЕМЕННОСТЬ И КУРЕНИЕ НЕСОВМЕСТИМЫ

**УЗНАЙ БОЛЬШЕ  
КАК БЫТЬ ЗДОРОВЫМ  
[www.takzdorovo.ru](http://www.takzdorovo.ru)  
**8 800 200 0 200****

*Дать шанс здоровью!  
Можешь только ты!*



**ДАТЬ  
ШАНС  
ЗДОРОВЬЮ!**

**МОЖЕШЬ  
ТОЛЬКО  
ТЫ!**

[www.takzdorovo.ru](http://www.takzdorovo.ru)

## Беременность и курение несовместимы

- Вы задумались о продолжении рода и приняли решение о том, что в вашей жизни должен появиться ребёнок? Помните, что это очень ответственное решение, которое налагает на Вас, будущую маму, много новых обязанностей. Это и обязанность правильно питаться, и обязательный отказ от алкоголя и, конечно же, от курения.



**Помните, как только Вы запланировали рождение ребёнка или узнали о своей беременности, Вам следует немедленно прекратить курить, а также убедить окружающих не курить в Вашем присутствии.**

**Женщины несут ответственность не только за своё здоровье, но и за здоровье своих детей. Даже находясь в утробе матери, ребёнок имеет право на охрану своего здоровья**

- Если Вы когда-либо планируете стать матерью, Вам лучше вообще не начинать курить. В отличие от мужчин, у которых полное обновление сперматозоидов происходит за 2–3 месяца, выработка и формирование яйцеклеток в женском организме происходит и заканчивается ещё до рождения женщины, и их количество изначально ограничено. Потребление табака приводит к их гибели, а также препятствует оплодотворению.
- С течением жизни число половых клеток снижается, подавляющее большинство их погибает. Именно

поэтому с возрастом у Вас повышается риск родить ребёнка с врождённой патологией. Если же Вы курите, то Ваши яйцеклетки, как и остальной организм, стареют намного раньше, поэтому в 3–4 раза увеличивается вероятность того, что Вам понадобится больше года, чтобы забеременеть.

- От курения страдает не только фертильность, т.е. способность забеременеть, но и плодовитость — способность выносить и родить ребёнка. Исследования показывают, что уровень плодовитости у курящих женщин составляет порядка 72% от уровня некурящих.



**Курение может стать причиной бесплодия и у мужчин. Во-первых, у курящих мужчин снижается выработка сперматозоидов, их морфология и подвижность, а также секреция мужских половых гормонов. Во-вторых, курение повышает риск развития импотенции.**

**Вред активного и пассивного материнского курения для ребёнка особенно высок в период беременности**

- Ваше курение во время беременности увеличивает риск преждевременной отслойки плаценты и снижения веса новорождённого. Риск отслойки плаценты возрастает примерно на 25% у умеренно курящих и на 65% у заядлых курильщиц. К тому же у курящих женщин чаще наблюдается предлежание, т.е. неправильное расположение плаценты — риск возрастает на 25%, если Вы курите умеренно, и на 90%, если вы заядлая курильщица. Все эти нарушения могут привести к выкидышу или родовой травме.

- Однозначно установлена связь курения на раннем этапе беременности с рождением ребёнка с дефектами лица. Формирование нёба происходит на 6–8-й неделе беременности, и Ваше курение в этот период может привести к появлению пороков развития, таких как «волчья пасть», «заячья губа». Увеличивается также риск возникновения у ребёнка дефектов конечностей. Доказана и связь курения беременных женщин с развитием у ребенка синдрома Дауна.
- Не отказываясь от курения во время беременности, Вы повышаете риск развития чрезмерной возбудимости ребёнка, симптомов гиперактивности и дефицита внимания. Ваш ребёнок будет импульсивен и слишком раздражителен, с высокой вероятностью его уровень интеллектуального развития будет ниже среднего. Куря во время беременности, Вы на 40% повышаете риск развития у Вашего ребёнка аутизма, при котором человек не способен контактировать с окружающими.
- Доказано, что синдром внезапной детской смерти — частая причина смерти младенца в первые месяцы его жизни — также является результатом активного или пассивного курения матери.

**Как курение матери воздействует на плод?**

- Большинство вредных воздействий являются результатом развития гипоксии плода во время беременности, вызванной монооксидом углерода или угарным газом, содержащимся в табачном дыме. Доказано, что именно в результате гипоксии рождается ребёнок с пороками развития.
- Свою негативную роль играет и токсическое воздействие на плаценту кадмия — вещества, которое находится в табачном дыме и концентрация которого увеличивается при курении сигарет беременной женщиной. Другие токсичные и ядовитые вещества также разрушают плаценту.