

Автор: Струговец А.С., координатор школы здоровья «Счастливое материнство» отдела общественного здоровья ГУ «ГОЦГЭиОЗ»



Вы задумались о продолжении рода и приняли решение о том, что в вашей жизни должен появиться ребенок? 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 ребенка 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 свое здоровье, но и за здоровье своих детей. Даже, находясь в утробе матери, ребенок 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 еще 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 ребенка с врожденной 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 выносить и родить ребенка. Ваше курение во время беременности увеличивает риск преждевременной отслойки плаценты и снижения веса новорожденного. К тому же у курящих женщин

чаще наблюдается предлежание, т.е. неправильное расположение плаценты. Все эти нарушения могут привести к выкидышу или родовой травме. Курение может стать причиной бесплодия и у мужчины. 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 курения для ребенка особенно высок в период беременности.

Однозначно установлена связь курения на раннем этапе беременности с рождением ребенка с дефектами лица. Формирование нёба происходит на 6-8ой 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 ребенка дефектов конечностей. Доказана связь курения беременных женщин с развитием у ребенка синдрома Дауна.

Не отказываясь от курения во время беременности, вы повышаете риск развития чрезмерной возбудимости ребенка, симптомов гиперактивности и дефицита внимания. Ваш ребенок 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 ребенка 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 ребенок 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.

БЕРЕМЕННОСТЬ – идеальное время бросить курить для обоих родителей. Пары с большей вероятностью достигают успеха, если бросают курить **ВМЕСТЕ!**