

ТЮТЮНОПУШЕНЕ, БРЕМЕННОСТ, ПОКОЛЕНИЕ

Бременността е нормален физиологичен процес, който оказва благотворно въздействие върху женския организъм. Естествен резултат от нея е раждането на нормално развито, здраво и жизнеспособно дете, нещо което всяка бъдеща майка горещо желае. Затова е необходимо бременните жени да променят начина си на живот, поведение, навици и т.н.



Тютюнопушенето е един от факторите, които имат изключително неблагоприятно влияние върху нормалното протичане на бременността, раждането и развитието на детето.



Цигарите и жените

Тютюнопушенето оказва вредно въздействие върху половите функции на жената. Цигарите смущават дейността на яйчниците, намаляват половото влечение и подтискат психосексуалния живот на жената. При жените-пушачки са чести менструалните смущения: менструацията настъпва през по-продължителни или по-кратки от нормалните интервали; климактериумът и менопаузата настъпват по-рано, тъй като яйчниците прекратяват по-бързо функцията си под действието на никотина.

Жените-пушачки са предразположени по-често към аборти или преждевременно раждане. Една от причините за това е, че никотинът понижава нивото на яйчниковите хормони в кръвта, в резултат на което мускулатурата на матката се съкращава. Колкото повече цигари пуши на ден бременната жена, толкова по-голям е рискът да роди преждевременно.



Цигарите и плода

По време на бременността чрез плацентата се създава тясна връзка между майчиния и детския организъм. Плацентата осигурява обмяната на веществата и доставя кислород на плода. За съжаление тя няма избирателна способност спрямо токсичните вещества от цигарения дим и не може да попречи за преминаването им от майката в плода.

От големия брой отровни съставки на цигарите, особено опасни за плода са никотинът и въглеродният окис.

Никотинът предизвиква свиване на кръвоносните съдове и мускулатурата на матката. Това води до увреждания на плацентата – тя остава по-малка по размери и с по-ниско тегло. Тези промени се отразяват неблагоприятно върху растежа и развитието на плода.



Въглеродният окис се съединява с хемоглобина в кръвта и пречи на нормалния приток на кислород в организма на бременната. Предизвиканият кислороден недостиг утежнява състоянието на плода – страдат както храненето, така и снабдяването му с кислород.

Бebetата на пристрастените към никотин са с намалена жизнеспособност и с близо два пъти по-голяма смъртност. Плодът в утробата на майката е принуден да приема всички токсични вещества, които чрез плацентарното кръвообращение преминават от майката в него. На практика това е принудително "пасивно пушене" с всичките неблагоприятни последици за плода.



Цигарите и детето

Майките трябва да помнят, че с раждането биологичната връзка между тях и новороденото не се прекъсва. Тя продължава да съществува посредством кърменето. Тютюневите отрови, поети от майката, преминават през кърмата и увреждат неукрепналите още органи и системи на новороденото.



Проникналият в кърмата никотин променя вкуса и (новороденото не желае да суче), а освен това майчиното мляко бързо намалява по количество и лактацията спира преждевременно. В резултат на това, бебетата са с понижени защитни сили и са предразположени към редица хронични заболявания и инфекции (най-често алергии, заболявания на дихателната и нервната система).

Пушенето в семейството се свързва с по-голяма раздразнителност на бебето, неспокойствие, смущения в съня, повече колики. Важно е да се отбележи, че дори изкуствено хранените деца имат повече колики, ако единият или и двамата родители са пушачи. Съществува голяма зависимост между навиците на пушене на родителите и честотата на заболявания като пневмония, бронхит и „Синдром на внезапната детска смърт“ през първата година от живота на детето. Този риск съществува както при кърмени, така и при изкуствено хранени бебета.

Поради това, че детският организъм е силно чувствителен към отровите на цигарения дим, децата на пушачите боледуват около три пъти повече от децата на непушещите родители. Освен това тези деца често са със затруднена концентрация и понижено внимание, в резултат на което имат по-слаб успех в училище.

Родителите трябва да знаят, че:

- ▶ **Безвредно количество никотин няма**
- ▶ **Тютюнопушенето е опасно по всяко време на бременността и във всякакви дози**
- ▶ **Пасивното тютюнопушене е не по-малко вредно от активното, както за майката, така и за детето**

Бременността е подходящо време за спиране на тютюнопушенето. Отказът от цигари при бременните е по-успешен, защото раждането на дете е много важно събитие в живота на двамата родители и мотивацията им съответно е по-голяма.

**Никога не е късно да се откажете от цигарите
и винаги си заслужава да го направите!**