











SMĒĶĒŠANA GRŪTNIECĪBAS LAIKĀ – nežēlīga kaitniecība nedzimušam mazulim

Smēķēšana samazina dzīves kvalitāti un ietekmē ne vien Tavu, bet arī Tava nedzimušā mazuļa veselību. Kaitīgais ieradums palielina iespēju grūtniecei saskarties ar **spontāno abortu**, asiņošanu, placentas atslāņošanos un **priekšlaicīgām dzemdībām**.

SMĒĶĒJOT TOPOŠĀ MĀTE SAVU MAZULI PAKĻAUJ ŠĀDIEM RISKIEM:

- 
-  **IEDZIMTAS SIRDSKAITES**
Vairākkārtīgi pieaug iedzimtas sirdskaites risks, salīdzinot ar tiem bērniem, kuru māmiņas grūtniecības laikā nesmēķē.
 -  **NEIZNĒSĀTĪBA UN AR TO SAISTĪTĀS KOMPLIKĀCIJAS**
 -  **JAUNDZIMUŠO PĒKŠŅĀS NĀVES SINDROMS**
Mazuļiem, kuru mammas grūtniecības laikā ir smēķējušas, ir 2-3 reizes lielāks risks saskarties ar jaundzimušo pēkšņās nāves sindromu nekā bērniem, kuru mammas nav smēķējušas grūtniecības laikā.
 -  **MĀCĪŠANĀS UN UZVEDĪBAS TRAUCĒJUMI TURPMĀKĀS DZĪVES LAIKĀ**
Mazuļiem, kuru mātes ir smēķējušas grūtniecības laikā, bieži piemīt mācīšanās un uzvedības traucējumi, kā arī uzmanības deficīts.
 -  **SAMAZINĀTS DZIMŠANAS SVARS**
 -  **AUGŠANAS UN ATTĪSTĪBAS ATPALICĪBA**
 -  **APTAUKOŠANĀS BĒRNĪBĀ UN 2.TIPA CUKURA DIABĒTS**
 -  **ASTMA**
 -  **INFEKCIJAS**
 -  **INTRAUTERĪNA NĀVE**
Smēķēšana vairāk nekā divas reizes paaugstina risku mazulim aiziet bojā vēl nedzimušam.

Smēķējot grūtniecības laikā, mazuli ietekmē vairāk nekā 4000 dažādas ķīmikālijas, ieskaitot īpaši bīstamās – cianīds, nikotīns un oglekļa monoksīds. Vismaz 60 no savienojumiem, kas rodas smēķēšanas rezultātā, tiek uzskatīti par kancerogēniem jeb vēzi izraisošiem. Nikotīns kombinācijā ar oglekļa monoksīdu ievērojami samazina skābekļa apgādi auglim. **Smēķējot topošā māte liek mazulim elpot kā caur saspīestu salmiņu.**

**Tev ir iespēja – pārtraukt smēķēt
un dāvināt mazulim
iespēju piedzimt veselam!**