



Курение во время беременности: что необходимо знать каждому.

Беременность – радостное событие в жизни женщины, но для некоторых представительниц прекрасного пола оно становится настоящим испытанием в попытке отказаться от курения. Несомненно, лучше не начинать затягиваться вообще.

Статистика такова, что пристрастие к сигаретам все больше распространяется среди женщин, а возраст первого знакомства с табаком становится все младше.

Услышав врачебное «нет» на курение во время беременности, большинство женщин все-таки перебарывают себя. Оправданием для будущих мам-курильщиц становятся «пухнувшие уши» и повышенная нервозность, а также отзывы тех, кто всю беременность преспокойно курил, и с ребенком ничего не случилось. Однако, существующие данные более 300 исследований, проведенных по всему миру, сходятся на комплексном неблагоприятном эффекте курения при беременности. Отрицательные факты от пагубной привычки включают:

- рождение недоношенного ребенка;
- низкий вес новорожденного;
- патологии со стороны внутренних органов у новорожденного;
- состояние , создающее угрозу жизни малыша и самой женщине;
- риск появления заболеваний врожденного характера;
- психические, интеллектуальные расстройства у новорожденного.

Материнский организм и организм ребенка являются единым целым – когда женщина делает очередную затяжку, то малыша окружает дымовая завеса, приводящая к спазму сосудов и кислородному голоданию. Это может привести к смертности и фактам замедления в развитии новорожденных .

Курение во время беременности приводит к интоксикации плода табачным дымом. Малыш поневоле становится пассивным курильщиком. Такие дети зачастую подвержены пагубным привычкам, как табак и алкоголь, уже в подростковом возрасте. Самое страшное, что новорожденные нередко страдают «никотиновым голоданием», то есть еще в материнской утробе у них формируется вредная зависимость. Проявляется пристрастие по-разному: капризами и плохим сном, первым вдохом при рождении с последующим состоянием удушья.

Важно отметить, что курение во время беременности понижает усвоение витаминов В, С и фолиевой кислоты, что чревато проблемами при формировании центральной нервной системы у малыша.

Материнство означает заботу, любовь, способность думать о счастье и здоровье будущего дитя. Однако некоторых женщин в положении ни страшилки об отдаленных проблемах, ни сведения о вредных компонентах табака не останавливают перед пагубной зависимостью. Но все-таки им следует знать, как вредит курение при беременности. Знания эти не появились на пустом месте, а отображают данные исследований ученых всего мира о действии никотина на течение беременности и развитие эмбриона. Реакцию малыша внутри маминого животика отследили ученые, проводившие УЗИ диагностику.

Выяснилось, что только при намерении беременной покурить ребенок начинал сжиматься и гримасничать.

Вспомним, что сигаретный дым состоит приблизительно из 800 компонентов, тридцать из которых являются ядовитыми – окись углерода, никотин, кадмий, ртуть, кобальт и т.д. Поэтому табачная интоксикация – это неизменный спутник всех мам-курильщиц и их детей.

Когда можно планировать беременность после курения?

Планирование беременности означает готовность супружеской пары стать родителями. При таком подходе и мужчина, и женщина осознают важность создания для будущего малыша здоровых, полноценных условий развития. Супруги заведомо проверяют состояние своего организма, избавляются от имеющихся проблем, приводят в порядок свое эмоциональное состояние. Исходя из того, что мужской организм избавляется от никотина быстрее, чем женский, то планировать зачатие можно спустя три месяца после отказа от курения при условии, что курильщиком являлся только будущий папа. Для полного же выведения никотиновых токсинов из организма понадобится до полугода. Следует отметить, что пользоваться никотиновым пластырем либо жевательной резинкой для борьбы с табачной зависимостью можно только до зачатия.

О негативном действии курения на женский организм сказано много – сердечные, легочные заболевания, проблемы с печенью, понижение защитных сил и т.д. Как долго придется женщине восстанавливаться после пагубной привычки? Все зависит от интенсивности курения, состояния систем организма, правильного питания и эмоциональной устойчивости. Как будет протекать беременность после курения, зависит от наличия хронических болезней, вызванных пагубной зависимостью.

Задумайтесь о своем здоровье и здоровье вашего будущего ребенка!

Психиатр-нарколог

Елена Чукреева