

Я хочу дитину
я кидаю курити



Здорові дитина і мати
Вагітність без куріння

ПЕРЕВАГИ ТОГО, ЩОБ КИНУТИ КУРИТИ

Для вагітної жінки



Здоров'я та добробут
Дихання, особливо протягом 3-го триместру
Краса шкіри та колір обличчя
Гроші для себе та свого малюка
Фертильність (для тих, хто хоче стати фертильною)



Стрес
Позаматкова вагітність
Викидень
Передчасні пологи
Неправильне положення плаценти
Передчасне відшарування плаценти
Кашель
Втома
Ризик тромбоемболії

Для плоду



Внутрішньоутробний стан



Внутрішньоутробна затримка розвитку
Вади розвитку

Для малюка



Здоров'я та добробут
Грудне молоко



Дитяче ожиріння
Синдром раптової дитячої смерті
Неонатальна смертність
Респіраторні захворювання (bronхіт, астма)
Захворювання ЛОР-органів (синусит, отит)

ДЛЯ ТИХ, ХТО ПОРУЧ З ВАМИ

Не обов'язково курити, щоб страждати від наслідків.

Пасивне вдихання диму вже погано впливає як на ваше здоров'я, так і на здоров'я вашої дитини.

Щоб обмежити вплив диму на вас і на вашу дитину, членам вашої сім'ї краще утриматися від куріння у вашій присутності та у ваших житлових приміщеннях.

ЩОБ ДОПОМОГТИ ВАМ КИНУТИ КУРИТИ

- Спеціальні брошури для того, щоб кинути курити, можна безкоштовно отримати в CIPRET-Valais.
- Застосунок, який допоможе вам кинути курити, можна завантажити з сайту Stop-tabac.
(<https://www.stop-tabac.ch/fr/application-stop-tabac>).
- Ваш лікар, гінеколог чи акушерка можуть надати вам інформацію та підтримати вас у вашому підході.
- Консультації щодо куріння тютюну проводять фахові лікарі. Отримання таких консультацій покривається базовим медичним страхуванням.
- Консультації з відмови від куріння тютюну організує «Ligue pulmonaire valaisanne».
- Усі засоби, щоб кинути, перелічені за адресою:
www.promotionsantevalais.ch/aides-arret-tabac.

ДЛЯ ОТРИМАННЯ ДОДАТКОВОЇ ІНФОРМАЦІЇ

www.promotionsantevalais.ch/grossesse-sans-tabac



Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis

ADDICTIONS – CIPRET
SUCHT – CIPRET

