

Куріння/вейпінг під час вагітності

Чи існує безпечна кількість куріння або вейпінгу під час вагітності?

Ні. Навіть кілька сигарет на день означають, що шкідливі хімічні речовини потрапляють до вашої дитини та завдають шкоди вашому здоров'ю.

Вагітні жінки, які відмовилися від куріння чи вейпінгу, народжують здоровіших дітей. **Незалежно від терміну вагітності, відмова від цих звичок позитивно вплине на здоров'я вашої дитини як зараз, так і після народження.** Зверніться до свого лікаря вже сьогодні, щоб отримати підтримку в цьому важливому кроці.

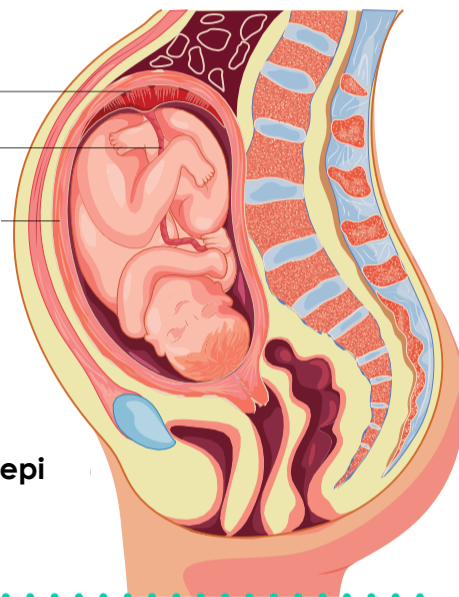
Чи є електронні сигарети безпечними?

Ні. Пара від електронних сигарет містить хімічні речовини, що спричиняють рак, та важкі метали, які можуть пошкодити мозок дитини в процесі розвитку.

Плацента

Пуповина

Матка



Дитина в утробі матері

Ризики куріння/вейпінгу під час вагітності:

- Пошкодження плаценти, яка забезпечує майбутню дитину киснем та поживними речовинами.
- Викидень або мертвонародження
- Передчасні пологи (до 37 тижня вагітності)
- Навіть якщо дитина народжується доношеною (40 тижнів), вона часто буває дуже маленькою і має проблеми зі здоров'ям, оскільки не отримувала достатньо кисню та необхідних поживних речовин, перебуваючи в утробі матері.

Порадьтеся з лікарем, щоб отримати допомогу у відмові від куріння.

Безкоштовна підтримка у відмові від куріння:

- Відвідайте www.smokefree.gov
- Вагітні: щоб отримати корисні текстові повідомлення, надішліть MOM на номер 222888
- Liv App, безкоштовний додаток з ресурсами для вагітних
- Напишіть READY на номер 34191
- Увійдіть на сайт equithow.com

**quit
now**
INDIANA
1.800.Quit.Now