

ਇੱਕ ਮਿਸਾਲ ਕਾਇਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ

ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ/ਵੇਪ ਕਰਨਾ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ: ਜਿਹੜੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਸਿਗਰਟ/ਵੇਪ ਪੀਂਦੇ ਦੇਖਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬਾਲਗ ਹੋਣ ਤੇ ਸਿਗਰਟ ਪੀਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਦੁੱਗਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸਿਗਰੇਟ ਅਤੇ ਬਾਲ ਸਿਹਤ

- ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ਼ (ਘਰਘਰਾਹਟ ਅਤੇ ਖੰਘ)
- ਵਾਰ-ਵਾਰ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਦਮੇ ਦੇ ਦੌਰੇ, ਜੋ ਬੱਚੇ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਸਕਦੇ ਹਨ ਬੱਚੇ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ
- ਜ਼ੁਕਾਮ, ਬ੍ਰੈਨਕਾਈਟਿਸ ਜਾਂ ਨਮੂਨੀਆ ਨਾਲ ਅਕਸਰ ਬਿਮਾਰ ਹੋਵੇ
- ਭਰੀ ਹੋਈ ਨੱਕ, ਸਿਰਦਰਦ, ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਰਾਸ਼, ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਜਲਣ, ਅਤੇ ਖੁਰਕਣਾ
- ਕੰਨ ਦੀ ਲਾਗ
- ਅਚਾਨਕ ਬਾਲ ਮੌਤ ਸਿੰਡਰੋਮ (SIDS)
- ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰਥਤਾਵਾਂ

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ?

ਸਿਗਰਟ/ਈ-ਸਿਗਰੇਟ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸਿਗਰਟ/ਈ-ਸਿਗਰੇਟ ਖਤਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ, ਰਸਾਇਣ ਉਸਦੇ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਹਵਾ ਅਤੇ ਸਤ੍ਹਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿਕਾਰ ਪੇਟ, ਫਰਸ਼ ਅਤੇ ਪਰਦਿਆਂ 'ਤੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਬੱਚੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਤ੍ਹਾਵਾਂ 'ਤੇ ਰੋਂਗਦੇ ਅਤੇ ਖੇਡਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਖਿਡੌਣੇ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੰਬਾਕੂ ਦੇ ਧੂੰਏਂ ਜਾਂ ਈ-ਸਿਗਰੇਟ ਦੇ ਭਾਫ਼ ਤੋਂ ਰਸਾਇਣਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।