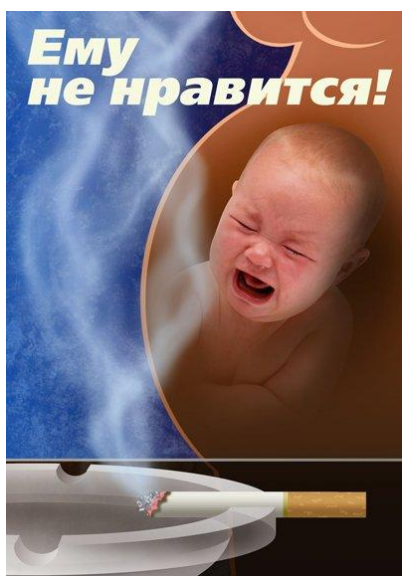


## Женщина и курение

Девушка, взявшая в руки сигарету, может забыть о естественной красоте. Ухудшается состояние кожи, появляются синяки и мешки под глазами, ускоряется процесс старения, появляются ранние глубокие морщины. Причиной этому является кислородное голодание, возникающее в результате курения. Про желтые зубы, ломкие, слоющиеся ногти, неприятный запах от волос и изо рта лишний раз не стоит упоминать — после нескольких месяцев употребления табака это неизбежно.

Риск развития серьезных заболеваний легких, сердца и сосудов или наступления слепоты у женщин в 2-3 раза выше, чем у представителей мужского пола. А сочетание курения с приемом оральных контрацептивов увеличивает риск получения инфаркта миокарда в 20 раз. Курение способствует более раннему наступлению менопаузы. Но наибольший вред своему здоровью женщина причиняет при курении во время беременности.

### Курение беременной женщины



Согласно статистическим данным, курение очень распространено среди беременных женщин — с сигаретами не расстается более 50% будущих мам, при чем 25% курят непрерывно в течение всех 9 месяцев. Те же, кто смог оставить сигареты на время беременности, в большинстве своем после родов и окончания кормления грудью возвращаются к этой привычке.

Естественно, вред курения для женщин при беременности сложно преувеличить — никотин негативно воздействует как на будущую мать, так и на ребенка. Недостаточная масса новорожденного, высокая смертность, недоношенность плода, врожденные нарушения, задержки в развитии ребенка, выкидыши — вот только малая часть неблагоприятных последствий увлечения табаком.

Токсичные вещества, содержащиеся в сигаретах, замедляют образование женских гормонов, снижают вероятность зачать ребенка. Если зачатие все же происходит, возникает риск гибели плода на ранних сроках, выкидыша или рождения ребенка раньше срока. Так, исследования, проведенные канадскими специалистами, показали, что недоношенные дети с массой тела менее 2.5 кг

рождаются у курящих женщин (от 20 сигарет в день) намного чаще, чем у некурящих. Разница составила 130%.

В целом же недоношенные дети у курящих рождаются в 6.5-33% случаев, у некурящих — в 0.8-11%. При этом на массу тела ребенка влияет курение не только в процессе беременности, но и до ее начала.

У курящих девушек в 1.5 раза чаще, чем у некурящих происходит выкидыш — особенно велик риск появления мертворожденного ребенка в семье, где курят и мать и отец. Употребление табака вызывает и другие осложнения — вагинальные кровотечения, преждевременное отделение плаценты, перинатальную смертность.

Пристрастие к сигаретам сказывается даже в том случае, если курящей женщине удастся выносить и успешно родить ребенка. Дети отстают в интеллектуальном и физическом развитии — как правило, они ниже и слабее своих сверстников, позже начинают считать, читать.

Для ребенка, рожденного курящей матерью, характерна повышенная тревожность, проблемы с концентрацией внимания, комплекс неврологических отклонений (в том числе и церебральные дисфункции). У матерей, употребляющих сигареты, вероятно рождение детей с косоглазием, дефектами развития носоглотки, пороком сердца, паховой грыжей. Табакокурение увеличивает риск развития у ребенка болезни Дауна.

### **Последствия женского курения**

Женщина подвергает всей опасности курения не только себя, но и своего ребенка — будущего или уже родившегося. А это значит, что весь комплекс заболеваний — проблемы с сердцем, сосудами, легкими — получите, вероятно, не только вы, но и ваш малыш. Помимо этого, ребенок будет страдать от проблем с концентрацией внимания, социализацией, задержки в физическом и психологическом развитии.

Стоит отметить, что дети, растущие в семьях курильщиков, в абсолютном большинстве случаев пробуют выкурить первую сигарету в возрасте 5-7 лет. Курение женщины ухудшает качество жизни и негативно влияет на здоровье всей ее семьи. Именно поэтому от вредной привычки стоит избавиться как можно раньше.