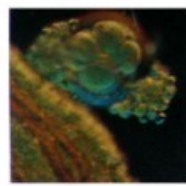
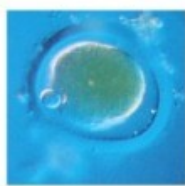
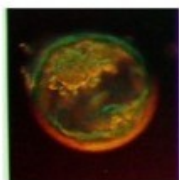


# Как влияет на беременность алкоголь и никотин?

**Как малышу  
родиться  
здоровым?**



Если Вы курите во время беременности, то вредные химические вещества из сигарет попадают в кровь вашего младенца,



кроме того, Вы рискуете иметь проблемы с грудью после рождения ребенка. Отказ от курения в любой стадии беременности



является наилучшим и единственно правильным поступком, который Вы можете совершить для здоровья Вашего малыша!



При беременности нет «безопасной» дозы алкоголя. Особенно вреден алкоголь на ранних сроках беременности – в первые три месяца внутриутробного развития малыша – когда происходит формирование будущих органов и тканей эмбриона. Многие женщины узнают о беременности только через месяц или два после зачатия. Если в этот период употреблялся алкоголь, надо обязательно сообщить об этом врачу, который ведет беременность. Этот факт он учтет при исследованиях состояния плода.

Но не нужно волноваться заранее: редкое или вообще однократное употребление алкоголя почти никогда не оказывает необратимое влияние на эмбрион.

И, конечно, надо отказаться от любого спиртного, когда факт беременности уже подтвердился.

Получить информацию по любым вопросам, связанным с употреблением алкоголя, можно, позвонив в телефонную справочную службу «Здоровая Россия». Горячая линия работает по номеру 8-800-200-0-200. Звонки на нее бесплатны из всех регионов России.

2. Алкоголь считается одним из самых опасных для человеческого эмбриона ядов. Организм малыша не в состоянии справиться не только с самим спиртом, но и с продуктом его разложения — ацетальдегидом, который тоже отравляет еще незрелые органы плода.

3. Токсические вещества, выделяемые при переработке алкоголя, могут влиять на генетическую информацию клеток малыша, нарушая ее правильное копирование и нормальное развитие органов.

4. Особенно опасен спирт для клеток нервной системы плода. Если он воздействует на малыша в утробе регулярно, структуры его мозга нарушаются, он сам отстает в развитии и может впоследствии страдать умственной неполноценностью. Это называется фетальный алкогольный синдром.

5. Регулярный прием алкоголя приводит к дефициту в организме матери необходимых для поддержания беременности гормонов, например, тестостерона, а также и фолиевой кислоты — это приводит к нарушениям развития беременности и может спровоцировать прерывание ее на ранних сроках.

6. Спирт из любых алкогольных напитков, принятых во время беременности, свободно проникает и в кровь малыша. Барьеры, способные защитить ребенка даже от действия антибиотиков, спирт остановить не могут.

7. Алкоголь нарушает функции плаценты. Спирт сужает ее сосуды, возникают микро-кровоизлияния, образуются тромбы и наступает преждевременное старение плаценты. Поврежденная плацента перестает снабжать эмбрион питательными веществами и кислородом, и он может погибнуть или родиться с серьезным отставанием в развитии.

8. Врачи рекомендуют беременной женщине как можно быстрее отказаться от сигарет. По их мнению, неприятные ощущения от синдрома отмены не идут ни в какое сравнение с вредом от воздействия табачного дыма на будущего ребенка.

9. Курение приводит к нарушению обмена веществ и недостатку витаминов в организме женщины. Особенно сильно понижаются уровни витамина С и фолиевой кислоты, необходимой для правильного развития нервной системы эмбриона.

10. Никотин из сигаретного дыма, как и алкоголь, сужает сосуды в плаценте и ухудшает кровоснабжение плода.

11. В крови курящей женщины накапливается угарный газ, нарушающий механизм переноса кислорода кровью — еще одна причина кислородного голодания малыша в утробе, которое грозит задержкой физического и психического развития ребенка. Дети, чьи мамы курили всю беременность, чаще проходят лечение от практически всех психических заболеваний — особенно синдрома дефицита внимания и гиперактивности, депрессии и наркомании.

12. У беременных курильщиц чаще других наблюдается неправильное расположение плаценты — она располагается слишком близко к шейке матки или перекрывает ее. В такой ситуации естественные роды невозможны, и женщины вынуждены делать кесарево сечение.

13. Токсические вещества из табачного дыма могут влиять на правильность деления клеток эмбриона и приводить к врожденным дефектам у малыша: «заячьей губе», порокам сердца, деформации костей. Эти аномалии могут привести к прерыванию беременности, которое случается у курящих женщин в два раза чаще, чем у тех, кому удалось бросить.

14. Из-за недостатка кислорода и вызывающего спазмы действия никотина повышается риск преждевременных родов: курение вызвало от 5 до 8 процентов преждевременных родов и от 13 до 19 процентов случаев низкого веса у детей, появившихся на свет в срок. Риск отслойки плаценты у курящих на четверть выше, чем у некурящих.

15. Дети, рождающиеся у курящих матерей, чаще страдают от аллергии и заболеваний органов дыхания. Среди таких младенцев чаще отмечают случаи внезапной младенческой смерти — спонтанной остановки дыхания у детей до года.

Еще до зачатия малыша вам нужно постараться отказаться от вредных привычек — тогда шансы на рождение здорового ребенка станут намного выше. А если беременность случайная, но желанная, бросайте пить и курить как можно раньше, чтобы минимизировать вред, который оказывают ядовитые вещества на развивающегося малыша.