**Помимо высокого риска общесоматической патологии курящая женщина всегда рискует и репродуктивным здоровьем.** В организме зависимой от никотина женщины затруднено созревание яйцеклеток и их движение по маточным трубам, нарушена выработка необходимых для беременности гормонов. Часто у курящих женщин наблюдается вторичная аменорея и нерегулярность менструального цикла. Все это сокращает способность к зачатию и уменьшает продолжительность детородного возраста (некоторые ученые считают, что многолетнее курение действует на женский организм так же, как удаление одного яичника).

**БЕРЕМЕННОСТЬ И КУРЕНИЕ**

**Данные более 300 исследований, проведенных по всему миру, сходятся на комплексном неблагоприятном эффекте курения на организм беременной женщины, включающем:**

* Риск спонтанного аборта,
* Рождение недоношенного и маловесного ребенка,
* Повышенный риск перинатальной смертности,
* Физические дефекты развития,
* Состояние преэклампсии (тяжелый токсикоз на 2 или 3 триместре вынашивания плода),
* Нарушения лактации,
* Усугубление варикозного расширения вен,
* Нарушения пищеварения,
* Дефицит витаминов В, С и фолиевой кислоты
* и др.

**Кроме того, негативные последствия от курения матери могут проявиться и после рождения малыша:**

* Задержка физического развития,
* Частые респираторные инфекции,
* Снижение адаптационных возможностей,
* Психические и интеллектуальные расстройства
* и т.д.

**! Доказано, что дети младше одного года, чьи мамы курили, в 4 раза чаще подвергались госпитализации.**

**!В среднем, дети чаще взрослых подвергаются пассивному курению, в 90% случаев источник пассивного курения детей – это родители. Помните, что несформировавшийся детский организм более чувствителен к токсичному воздействию табачного дыма!**



**В связи с ухудшением обменных процессов в организме и кислородным голоданием меняется и внешний вид курящей женщины: появляются преждевременные морщины, грубеет голос, кожа приобретает желтоватый и серый оттенок, появляются сеточки расширенных капилляров на носу и щеках, волосы тускнеют, ухудшается внешний вид ногтей, улыбка теряет здоровый вид. Если женщина курит, она крадет у себя 14-18 лет жизни…**

**ЕСЛИ ВЫ КУРИТЕ, ОТКАЖИТЕСЬ ОТ КУРЕНИЯ!**

На сегодняшний день любой желающий может получить эффективную медицинскую помощь по отказу от курения. Важно решить для себя этот вопрос раз и навсегда! Сделайте выбор в пользу здоровья и красоты для себя и близких!

Отказ от курения приведет к постепенному снижению риска заболеваний дыхательной системы, сердца и сосудов, онкопатологии, улучшению внешнего вида и увеличению продолжительности жизни!

**ЕСЛИ ВЫ НЕ КУРИТЕ, ИЗБЕГАЙТЕ НАХОЖДЕНИЯ В НАКУРЕННОМ ПОМЕЩЕНИИ!**

**Наш адрес: 212003 г. Могилев**

**ул. Заводская, д. 23А, кабинет 105**

**Телефоны: 22 10 11; 70 09 03**

**Учреждение «Могилевский районный центр социального обслуживания населения»**

**Отделение социальной адаптации**

**и реабилитации**

**Курение**

***и женское***

***здоровье***



