**Курение и беременность**

***Беременность***— это особый период в жизни женщины, когда она и будущий малыш образуют одно неделимое целое. С этого момента на будущей маме лежит ответственность не только за себя, но и за жизнь и здоровье малыша, который развивается внутри нее. Поэтому так важно скорректировать свой образ жизни в сторону здорового питания, полноценного сна, прогулок на свежем воздухе, отказа от вредных привычек! К сожалению, не все подходят к этому делу ответственно, яркий пример - ***курение во время беременности****.* Согласно статистическим данным, даже забеременев и прекрасно зная о том, что курение во время беременности чрезвычайно отрицательно сказывается на будущем малыше, курить бросает только 40% женщин.

***Почему важно прекратить курение во время беременности?***

Большинство из 4800 компонентов табачного дыма в течение 7 секунд напрямую, не задерживаясь в плаценте, попадает в развивающийся внутри женщины новый человеческий организм. Получается, что беременная вредит своему ещё не родившемуся ребёнку, которому даже не приходится выбирать - фактически он «курит» вместе со своей мамой. Стоит понимать, что и пассивное курение – ситуация, когда женщина вдыхает сигаретный дым от курящих поблизости людей, а чаще всего это муж, также вредит плоду. Именно поэтому курящим парам, которые планируют беременность, в первую очередь советуют отказаться от этой привычки, причём вместе - и отцу, и матери. Лучше, если после отказа и до зачатия пройдёт полгода.

***Как курение влияет на способность к рождению детей?***

Вред от курения сказывается абсолютно на всех органах человека и снижает не только здоровье в целом, но и нарушает способность к зачатию. У женщин больше всего страдают яичники, и повреждаются яйцеклетки, возникают проблемы с гормонами и раньше наступает менопауза. Не меньше страдают и маточные трубы повышается риск внематочной беременности.

У мужчин сперматозоиды становятся менее подвижными, изменяется их форма, что зачастую делает невозможным проникновение в яйцеклетку.

У курящих родителей мальчики рождаются почти в два раза реже, чем девочки. Причём основной механизм такого перекоса - внутриутробная гибель плода с мужской Y-хромосомой.

***Каких осложнений беременности ждать при курении?***

У активно или пассивно курящих женщин на ранних сроках беременности чаще возникают угрозы прерывания беременности и выкидыши, тяжелый токсикоз.

На более поздних сроках - вред курения проявляется нарушениями в строении плаценты или неправильном ее прикреплении. Все это неизбежно приведет к тому, что она не сможет полноценно функционировать или даже возникнет ее преждевременная отслойка и кровотечения. При этом происходит кислородное «обкрадывание» органов и систем будущего ребёнка (гипоксия), развивается синдром задержки роста плода или даже его внутриутробная гибель.

На фоне курения также учащаются случаи родов раньше срока, внутриутробного инфицирования, преждевременного излития околоплодных вод.

Женщины, имеющие табачную зависимость во время беременности, значительно чаще сталкиваются с такими проблемами как отеки, повышенное артериальное давление, проблемы с почками, вплоть до преэклампсии и судорог – состояний, угрожающих жизни.

Кровотечения во время беременности, родов и послеродовом периоде – еще одно опасное осложнение.

***Чего ждать от малышей, мамы которых курили во время беременности?***

* Курящие матери чаще рождают недоношенных детей, а те, кто родился вовремя, зачастую оказываются с меньшим весом и ростом, имеют проблемы с дыханием из-за повреждения легких.
* У курившей во время беременности женщины ребёнок рождается уже *никотинзависимым.*
* В последующем такие дети чаще болеют из-за нарушений иммунитета, страдают от аллергии, хуже учатся в школе из-за проблем с памятью и вниманием, могут страдать повышенной тревожностью и агрессивностью имеют большую склонность к курению и наркомании.
* Дети курящих матерей в два раза больше рискуют стать жертвой синдрома внезапной младенческой смерти, чем дети некурящих.
* Дети матерей, которые курили во время беременности, часто рождаются с различной патологией и дефектами развития или даже синдромом Дауна.
* Чаще всего - с дефектами лица, такими как заячья губа или волчья пасть (не сросшаяся до конца верхняя челюсть). С курением связаны также дефекты конечностей, например, конская стопа. Возможны пороки сердца и печени.
* У мальчиков могут недостаточно развиваются яички, может возникнуть ситуация, когда яичко не опускается из брюшной полости в мошонку (крипторхизм) или вовсе отсутствует (монорхизм). Бывает и гипоспадия - атипичное расположение отверстия мочеиспускательного канала. Яичники девочек страдают не меньше. Все это может привести к проблемам у них с зачатием детей во взрослом возрасте.

***Курение и кормление грудью – не совместимы!***

Молоко у курящих женщин является непросто неполноценным, но и вредным для малыша из-за значительного снижения в нем витаминов, микроэлементов и иммунных факторов, большого содержания токсинов.

Кормление грудью в таком случае становится причиной интоксикации ребенка, которая проявляется тошнотой, частым срыгиванием, проблемами со стулом и коликами. Такие младенцы хуже набирают вес, медленнее растут, испытывают нехватку витаминов и минералов.

Никотин, как правило, действует возбуждающе на детскую психику: младенец становится плаксивым и раздражительным, плохо спит.

Курение женщины на протяжении всего грудного вскармливания может спровоцировать проблемы с сердцем ребенка и привести к его смерти.

***Подумайте, хотите ли Вы всего этого Вашему ребёнку? Ведь у него выбора нет! А у Вас — есть! Сделайте его! Дайте ребёнку шанс родиться и вырасти здоровым!***

**Бросьте курить!** Сегодня. Сейчас. Не верьте тем, кто говорит, что отказ от сигарет во время беременности — слишком большой стресс для женщины. Ничего подобного! Гораздо больший стресс испытывает ребёнок, вынужденный получать массу ядовитых веществ из крови самого дорогого и родного для него человека — мамы.

 Врач-интерн акушер- гинеколог Оршанского роддома

 Бузо О.В.