

# Не курите дома



◆ Угроза здоровью ребенка увеличивается, если родители курят дома, потому что ядовитые вещества табачного дыма оседают на мебели и других поверхностях.

◆ Даже если комнату проветрить, то вред от токсичных веществ будет немалый. Особенно для детей.

◆ Даже одежда курильщика представляет опасность для здоровья ребёнка. Причём, не меньшую, чем сами клубы дыма.

◆ Если ребенок растет в доме, где курят оба родителя, это может в два раза увеличить риск возникновения у него в будущем рака легких.

## Пассивное курение опасно не менее активного



### *Уважаемые родители!*

*Подумайте, стоит ли вашим детям, самим того не желая, пассивно курить вместе с вами.*

*Пока не поздно откажитесь от этой вредной привычки ради здоровья и благополучия вашей семьи.*

Департамент охраны здоровья  
населения Администрации  
Кемеровской области  
Кемеровский клинический центр  
лечебной физкультуры  
и спортивной медицины

***Если  
родители  
курят...***



## Что может произойти с Вашим ребенком, если Вы курите?

Если Ваш  
ребенок  
совсем мал



- Он может чаще болеть простудными заболеваниями, бронхитами, пневмониями, острым отитом.
- Он может чаще срыгивать, он может быть более беспокойным, чем другие дети.
- В конце концов, он может погибнуть от непонятных причин.
- Отмечено замедление физического и умственного развития у детей, если матери курили во время беременности и после родов.
- У Вашего ребенка могут обнаружиться аллергические заболевания.
- Курение, как самой матери, так и вокруг нее может повлиять как на количество и качество грудного молока, так и на саму возможность грудного вскармливания.

- Если Ваш ребенок уже достиг ясельного или детсадовского возраста, к нему уже мог приклеиться ярлык «часто болеющего ребенка», у него продолжают простуды, насморки, возможно, отиты.
- Не исключено, что Ваш ребенок находится в группе лидеров по карриесу.
- У него может развиваться бронхиальная астма, а Ваше курение увеличит частоту приступов. Не исключено, что у Вашего ребенка могут обнаружиться и другие аллергические заболевания.
- Дети, родившиеся у курящих женщин, характеризуются замедлением не только физического, но и интеллектуального, в том числе эмоционального, развития; они позднее начинают читать и считать.
- Психологические тесты оказывались также лучше у детей, родители которых не курили.

### Как влияет курение на школьника

- Если Ваш ребенок уже учится в школе, и Вы продолжаете курить, к перечисленным выше проблемам могли прибавиться заболевания сердечно-сосудистой системы.
- Среди школьников младших классов, родители которых курят, в 3 раза чаще встречаются нервные расстройства, снижение памяти, плохая успеваемость.
- Не исключено, что Ваш ребенок жалуется на боли в сердце или изжогу. У него могут быть периоды грустного, тоскливого настроения
- Если Ваш ребенок уже достиг подросткового возраста, не исключено, что он уже берет с Вас пример в плане курения, возможно, пока тайно от Вас.

**Подумайте! Есть ли смысл говорить ему о вреде курения, попыхивая очередной сигаретой?**