



BADAM SIĘ  
*mam pewność*

# Palenie papierosów powoduje raka

## Co się dzieje, gdy kobieta w ciąży pali?

- Matka naraża dziecko na kontakt z uzależniającą nikotyną oraz 7 tysiącami substancji chemicznych, z których co najmniej 70 jest rakotwórczych.
- Matka ryzykuje, że ciąża i poród przebiegać będą z komplikacjami.
- Po porodzie u noworodka mogą pojawić się objawy głodu nikotynowego.
- Dziecko może być bardziej płacziwe, niespokojne, gorzej spać, mieć zaburzenia funkcji przewodu pokarmowego.
- W przyszłości dziecko może trudniej się rozwijać i częściej chorować.
- U dziecka na całe życie pozostanie zwiększona tolerancja nikotyny.
- W przyszłości dziecko może łatwiej uzależnić się od palenia papierosów.

Dowiedz się więcej na [www.mz.gov.pl/profilaktyka](http://www.mz.gov.pl/profilaktyka)  
Narodowy Program Zwalczania Chorób Nowotworowych  
na lata 2016-2024

## Co się dzieje z płodem, gdy matka pali?

- Łatwiej może dojść do poronienia i komplikacji przy porodzie.
- Wzrasta ryzyko wystąpienia wad rozwojowych płodu.
- Płód otrzymuje mniej składników odżywczych i mniej tlenu.
- Spowolniony jest wzrost płodu – dziecko rodzi się mniejsze i gorzej rozwinięte.
- Częściej dochodzi do martwych urodzeń.

## Co się dzieje z noworodkiem, gdy matka paliła w ciąży?

- Wzrasta ryzyko wystąpienia tzw. nagłej śmierci łóżeczkowej dziecka.
- Dziecko rodzi się z gorzej rozwiniętymi narządami układu oddechowego.
- Dziecko ma słabszą odporność, częściej zapada na choroby takie jak zapalenie płuc albo ucha środkowego.
- Częściej rozwija się u niego astma oskrzelowa.

## Co się dzieje, gdy paląca matka karmi piersią?

- Palenie w ciąży albo powrót do palenia po porodzie prowadzi do znacznego pogorszenia ilości i jakości pokarmu.
- Zawartość witaminy C w mleku palącej matki zmniejsza się o 30%.

## Co się dzieje, gdy Twoje dziecko jest biernym palaczem?

Bierny palacz to osoba, która jest narażona na towarzystwo palaczy, ale sama nie pali. Wymuszone bierne palenie jest równie szkodliwe co palenie czynne.

## Bierne palenie prowadzi do:

- częstszego występowania chorób układu oddechowego,
- chorób ucha środkowego,
- rozwoju astmy i zaostrzenia przebiegu tej choroby,
- gorszego rozwoju psychologicznego, impulsywności, trudności w skupieniu uwagi,
- trudności z czytaniem i pisanem,
- zaburzeń układu nerwowego,
- trudności w przystosowaniu,
- niepokoju i nadwrażliwości.

**Pamiętaj! Palenie powoduje raka!**

**Chcesz rzucić palenie? Zadzwoń do Telefonicznej Poradni Pomocy Palącym lub napisz e-mail:**

**T: 801 108 108**

**biuro@jakrzucicpalenie.pl**