

Želim bebu
Prestajem da pušim



Zdrava beba i zdrava mama
Trudnoća bez dima

KORISTI PRESTANKA PUŠENJA

Za trudnicu



Zdravlje i blagostanje
Disanje, posebno tokom 3. tromesečja
Lepota kože i tena
Novac za sebe i za svoju bebu
Plodnost (za buduće olakšavajuće začeće)



Stres
Vanmaterične trudnoće
Pobačaji
Prevrnjeni porođaji
Neprotivni položaji posteljice
Prevrneno odlubljanje posteljice
Kašalj
Umor
Rizik od tromboembolije

Za fetus



Unutarmaterično blagostanje



Unutarmaterični zastoj u rastu
Neonatalne smrti
Sindrom iznenadne smrti odojčeta
Malformacije

Za bebu



Zdravlje i blagostanje
Majčino mleko



Dečja gojaznost
Sindrom iznenadne dojenačke smrti
Neonatalna smrt
Respiratorna oboljenja (bronhitis, astma)
Bolesti uha, grla i nosa (upala sinusa, upala uha)

ZA VAŠE OKRUŽENJE

Nije potrebno da pušite da biste trpeli posledice od toga.

Samo pasivno udisanje dima već ima štetne efekte na vaše zdravlje i zdravlje vaše bebe.

Da biste ograničili svoju i izloženost svoje bebe dimu, dobro bi bilo da se vaši bližnji suzdržavaju od pušenja u vašoj blizini i na mestima gde boravite.

ZA VAŠ LAKŠI PRESTANAK PUŠENJA

- CIPRET-Vale je besplatno stavila na raspolaganje specifične brošure o tome kako da lakše prestanete da pušite.
- Aplikacija za podršku vama da prestanete pušiti može da se preuzme na stranici Stop-tabac (<https://www.stop-tabac.ch/fr/application-stop-tabac>).
- Vaš lekar, ginekolog ili primalja mogu da vas informišu i pomognu vam u vašem poduhvatu.
- Konsultacije o tabakologiji vrše lekari specijalisti. Te konsultacije nadoknađuje osnovno osiguranje od bolesti.
- Konsultacije o prestanku pušenja organizuje Plućna liga kantona Vale.
- Sva pomoć u prestanku prikazana je na adresi : www.promotionsantevalais.ch/aides-arret-tabac.

ZA VIŠE INFORMACIJA

www.promotionsantevalais.ch/grossesse-sans-tabac



Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis

ADDICTIONS – CIPRET
SUCHT – CIPRET

