

Курение во время беременности: оставьте ребенку шанс

Слово «мама» всегда прочно ассоциируется с заботой, любовью и прочими самыми лучшими вещами на нашей земле. Однако курящие женщины вольно или невольно калечат и даже убивают своих детей.

Слово «мама» всегда прочно ассоциируется с заботой, любовью и прочими самыми лучшими вещами на нашей земле. Однако курящие женщины вольно или невольно калечат и даже убивают своих детей - рождённых и нерождённых. Удивлены? А между тем, это правда. Курящие матери «одаривают» своих дочерей и сыновей раком лёгких и прочими «подарками», связанными с [пассивным курением](#). А беременная женщина вредит своему еще не родившемуся ребёнку, которому даже не приходится выбирать — фактически он «курит» вместе со своей мамой.

Большинство из 4800 компонентов табачного дыма сразу **напрямую попадает** в развивающийся внутри женщины новый человеческий организм. Даже плацента не задерживает никотин, радиоактивные элементы или угарный газ. Так как через плод проходит вся материнская кровь, концентрация вредных веществ в тканях будущего ребёнка оказывается [даже выше, чем](#) в крови матери. Есть и другие причины, о которых женщине всегда следует помнить, если ей, конечно, небезразличны здоровье и жизнь своих детей — как уже появившихся на свет, так и будущих. Беременная женщина вредит своему ещё не родившемуся ребёнку, которому даже не приходится выбирать — фактически он «курит» вместе со своей мамой.

1. Прежде всего, у самих курильщиков снижаются репродуктивные способности, т.е. собственно зачатие становится достаточно проблематичным.

У женщин затрудняется движение яйцеклетки по маточным трубам, плюс угнетается действие гормонов, продуцируемых во время беременности. У мужчин сперматозоиды становятся менее подвижными, изменяется их форма, что **зачастую делает невозможным** проникновение в яйцеклетку. Это, впрочем, не означает, что курение можно рассматривать как метод контрацепции. Получается своеобразный замкнутый круг: зачать не получается, потому что родители курят, от чего они начинают нервничать и курить ещё больше. Иногда такие пары пытаются прибегать к искусственному оплодотворению. Но шансы на приживание эмбриона и так не очень высоки, а у курящих женщин они ещё ниже. В некоторых странах уже отказывают в бесплатном ЭКО курильщицам, а на платной основе такая операция доступна далеко не всем. 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 хотя бы один месяц. Ещё лучше — если полгода. Тогда организм **сумеет восстановить** значительную часть разрушений, причиненных ему компонентами табачного дыма.

2. Возникают трудности с рождением мальчика.

Давно известно, что Y-хромосома, наличие которой и определяет мужской пол будущего ребёнка, гораздо более чувствительна ко всякого рода негативным воздействиям, да и сами эмбрионы мужского пола более требовательны к условиям выживания. Международной группе ученых, проанализировавших данные о беременности более чем 9 тысяч женщин, удалось установить, что у курящих родителей **мальчики рождаются почти в два раза реже, чем девочки**. Причём основной механизм такого перекоса — внутриутробная гибель плода с Y-хромосомой.

При курении происходит кислородное «обкрадывание» органов и систем будущего ребёнка. Риск стать наркоманом для девушки-подростка **в 5 раз больше**, если её мать курила больше 10 сигарет в день в течение беременности. При этом не обязательно, чтобы курила сама будущая мать. **Даже если**

она регулярно вдыхает дым от курящего супруга, вероятность рождения сына снижается на треть. Иными словами, вероятность гибели уже зачатого мальчика вырастает на эту же цифру.

3. Ребёнок, родившийся у курящих родителей, уже заранее обречён на самые разнообразные проблемы в репродуктивной системе.

По сути, при курении происходит кислородное «обкрадывание» органов и систем будущего ребёнка. Одна из самых чувствительных к гипоксии — это как раз **половая система**. Больше всего страдают опять мальчики. У них недостаточно развиваются яички, размер которых в среднем меньше, чем у сыновей не куривших матерей. Кроме того, у таких детей чаще встречаются крипторхизм (когда яичко не опускается из брюшной полости в мошонку) и гипоспадия (атипичное расположение отверстия мочеиспускательного канала). И количество сперматозоидов у таких мальчиков **на 20 процентов меньше**, чем у их сверстников.

4. У курившей во время беременности женщины ребёнок рождается уже никотинзависимым.

Этот факт медикам удалось подтвердить сравнительно недавно, в самом конце XX века. Будущая мать делит каждую сигарету со своим ребёнком; активные вещества, содержащиеся в табачном дыме, свободно проникают через плаценту. И у такого ребёнка гораздо **больше шансов стать курильщиком**, причем в очень юном возрасте. Риск стать наркоманом для девушки-подростка в 5 раз больше, если её мать курила больше 10 сигарет в день в течение беременности. Среди юношей, матери которых курили во время беременности, приступы неадекватного поведения в 4 раза выше, чем у юношей, чьи матери не курили.

5. Иногда от курения страдает напрямую плацента, что приводит к выкидышу или внутриутробной смерти плода.

И это даже не зависит от количества выкуриваемых сигарет, проблемы обязательно будут, просто разного масштаба. Так, **риск отслойки плаценты** у умеренно курящих (до половины пачки в день) примерно на 25 процентов выше, чем у некурящих. Для заядлых курильщиц эта цифра будет уже 65 процентов. Очень часто у курящих женщин плацента возникает не там, где ей положено: не на одной из боковых стенок матки, а над шейкой. Такое состояние называется **предлежанием плаценты** и считается очень серьёзным осложнением беременности, роды в таком случае бывают очень тяжёлыми, с массивной кровопотерей. У женщин, выкуривающих в день пачку сигарет и больше, риск возникновения предлежания плаценты почти **на 90 процентов выше**, чем у некурящих. В целом, у курильщиц **выкидыши** по той или иной причине и на разных сроках беременности случаются в среднем в два раза чаще. Это связано с тем, что плацента и плод находятся в состоянии постоянной нехватки кислорода (гипоксии).

6. Курящие матери чаще рожают недоношенных детей, а у тех, кто родился вовремя, зачастую оказывается ощутимо снижен вес (гипотрофия).

Если плод недополучает питательные вещества и кислород, он начинает **отставать в развитии**. И если в среднем дети рождаются с массой тела около 3 кг и длиной тела около 50 см, для детей курильщиц эти цифры окажутся на 20–30 процентов ниже.

7. Дети матерей, которые курили во время беременности, часто рождаются с различной патологией и дефектами развития.

В 2003 г. стало известно о наличии связи между курением на ранних сроках беременности и риском рождения ребёнка с **дефектами лица**. В основном это дефекты нёба, которое формируется на 6–8-й неделе беременности. При благоприятном стечении обстоятельств ребёнок родится только с заячьей губой — несросшейся до конца лицевой частью верхней челюсти. При неблагоприятном — не срастутся и две половинки нёба, в результате чего появится волчья пасть. Если плод недополучает питательные вещества и кислород, он начинает **отставать в развитии**. У курильщиц выкидыши по

той или иной причине и на разных сроках беременности случаются в среднем в два раза чаще. Многочисленными исследованиями подтверждено, что в первые несколько месяцев жизни в большинстве случаев умирают дети курящих матерей. С курением связаны также дефекты конечностей, например **конская стопа**. Дети с синдромом Дауна при прочих равных условиях также чаще рождаются у курящих женщин. Возможны недоразвития других органов, например, печени или суставов.

8. Очень часто у детей, чьи матери курили во время беременности, при рождении нарушены функции лёгких.

Объясняется это нехваткой сурфактанта — специального вещества, которое не позволяет нашим лёгким «схлопнуться» и держит альвеолы (мельчайшие «пузырьки», структурную единицу лёгких) в развёрнутом состоянии.

9. Дети курящих матерей в два раза больше рискуют стать жертвой синдрома внезапной младенческой смерти, чем дети некурящих.

До сих пор достоверно неизвестны причины развития этого синдрома. Но чётко определены **несколько факторов риска**. И курение во время беременности — ведущий из них. Многочисленными исследованиями подтверждено, что в первые несколько месяцев жизни в большинстве случаев умирают дети курящих матерей. При этом не так важно — активными или пассивными курильщицами они были.

10. Дети женщин, выкуривающих в день 15–20 сигарет (даже если во время беременности они воздерживались от курения), болеют чаще.

Это связано со всеми вышеперечисленными причинами. Это важно! Любой из десяти перечисленных выше пунктов — **достаточное основание, чтобы бросить курить**. Особенно, если Вы беременны. 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. Подумайте, хотите ли Вы всего этого Вашему ещё не родившемуся ребёнку? Ведь у него выбора нет. А у Вас — есть. Сделайте его. Дайте ребёнку шанс родиться и вырасти здоровым.

Информация предоставлена НИИ пульмонологии ФМБА России. Под редакцией доктора мед. наук Г.М. Сахаровой.

© Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации, 2009

Курильщик может позвонить по телефону **8-800-200-0-200** (звонок для жителей России бесплатный), сказать, что ему необходима помощь при отказе от табакокурения, и его переключат на специалистов Консультативного телефонного центра помощи в отказе от потребления табака (КТЦ). Если все специалисты КТЦ в этот момент заняты, его номер телефона будет прислан в КТЦ по электронной почте, и в течение 1-3 дней ему перезвонят.

Обратившимся в КТЦ консультативную помощь оказывают психологи и врачи. Психологи помогают подготовиться ко дню отказа от курения, помогают найти замену ритуалам курения, вместе с обратившимся определяют оптимальные пути преодоления зависимости, поддержат в трудные минуты борьбы с никотиновой зависимостью. Врачи проконсультируют о наиболее эффективных лечебных способах отказа от курения, дадут совет пациентам с различными заболеваниями о том, как лучше подготовиться к отказу от курения с учетом имеющихся проблем со здоровьем.

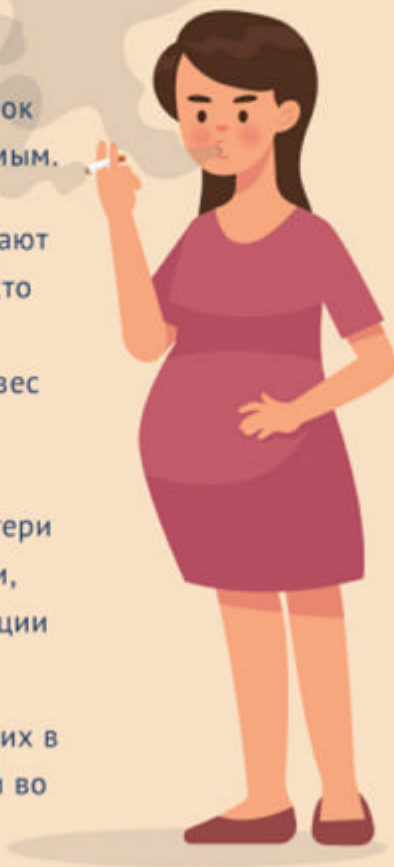
Материалы созданы специально для центров здоровья. [Узнайте больше](#) о центрах здоровья и их работе в вашем регионе.

КУРЕНИЕ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ: ОСТАВЬТЕ РЕБЕНКУ ШАНС

Беременная женщина вредит своему еще не родившемуся ребёнку, которому даже не приходится выбирать – фактически он «курит» вместе со своей мамой.

Большинство из 4800 компонентов табачного дыма сразу напрямую попадает в развивающийся внутри женщины новый человеческий организм.

- 1 Прежде всего, у самих курильщиков снижаются репродуктивные способности, т.е. собственно зачатие становится достаточно проблематичным.
- 2 Возникают трудности с рождением мальчика.
- 3 Ребёнок, родившийся у курящих родителей, уже заранее обречён на самые разнообразные проблемы в репродуктивной системе.
- 4 У курившей во время беременности женщины ребёнок рождается уже никотинзависимым.
- 5 Иногда от курения страдает напрямую плацента, что приводит к выкидышу или внутриутробной смерти плода.
- 6 Курящие матери чаще рожают недоношенных детей, а у тех, кто родился вовремя, зачастую оказывается ощутимо снижен вес (гипотрофия).
- 7 Дети матерей, которые курили во время беременности, часто рождаются с различной патологией и дефектами.
- 8 Очень часто у детей, чьи матери курили во время беременности, при рождении нарушены функции лёгких.
- 9 Дети курящих матерей в два раза больше рискуют стать жертвой синдрома внезапной младенческой смерти, чем дети некурящих.
- 10 Дети женщин, выкуривающих в день 15–20 сигарет (даже если во время беременности они воздерживались от курения), болеют чаще.



Любой из десяти перечисленных выше пунктов – достаточное основание, чтобы бросить курить. Особенно, если Вы беременны. 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.

