

Upotreba tvari

To što radite danas može ostati zauvijek kod vašeg djeteta



Ulične droge i lijekovi

Sve što vas diže visoko može štetiti vašoj bebi. Držite se dalje od marihuane, krika, kokaina, heroina, ekstazija, meta i drugih uličnih droga. Upotreba uličnih droga ili zloupotreba recepata za lijekove dok ste trudni povećava opasnost da bi vaša beba mogla:

- biti rođena previše mala, prerano ili mrtvorodena;
- biti rođena s ovisnostima o drogama;
- imati poremećaj pri rođenju, deformitete, probleme s disanjem ili zdravstvene probleme.

Stvari koje je potrebno uraditi

1. Izbjegavajte upotrebu uličnih droga, zloupotrebu lijekova ili uzimanje tuđih lijekova.
2. Uzimajte lijekove na način kako vam je doktor propisao.
3. Razgovarajte s doktorom ili savjetnikom za dojenje prije nego počete uzimati bilo kakve lijekove, biljne preparate, vitamine, dodatke ili ulja tokom trudnoće. Neki lijekovi i sve ilegalne droge mogu se prenijeti u majčino mlijeko.
4. Tražite pomoć. Pozovite 1-800-TEL-LINK.



Alkohol

Alkohol uključuje pivo, vino, pića sa sladom, likere i mješavinu alkoholnih pića s voćnim sokovima ili drugim sastojcima. Konzumiranje bilo koje količine alkohola tokom trudnoće može dovesti do doživotnih problema za vaše dijete.

Stvari koje je potrebno uraditi

1. Napravite pauzu po pitanju alkohola ako ste trudni, ako biste mogli zatrudnjeti ili ako planirate zatrudnjeti.
2. Razgovarajte s doktorom ili savjetnikom za dojenje ako imate pitanja u vezi konzumiranja alkohola dok dojite.

Duhan (nikotin)

Cigarete, Juuling, elektronske cigarete i drugi vejpung proizvodi koji sadrže nikotin. Oni imaju loš uticaj na vas i vašu bebu. Nikotin povećava opasnost da bi vaša beba mogla:

- biti rođena previše mala, prerano ili mrtvorodena;
- imati probleme s disanjem ili probleme sa spavanjem;
- imati bihevioralne probleme kasnije u životu.

Stvari koje je potrebno uraditi

1. Prestanite danas!
2. Tražite pomoć. Pozovite Missouri Tobacco Quitline na br: 1-800-QUIT-NOW (1-800-784-8669) ili se registrujte online na www.YouCanQuit.org.
3. Držite sebe i svoju bebu dalje od pasivnog pušenja.
4. Dojenje! Majčino mlijeko će pomoći u zaštiti vaše bebe od štetnih efekata pasivnog pušenja.

Vašoj bebi nije niko važniji od vas.

Izbori koje donosite danas mogu zaštititi vašu bebu od štetnih posljedica za cijeli njen život.



Odsjek za zdravlje i usluge starijim osobama države Missouri
WIC i prehrabene usluge
1-800-392-8209 • wic.mo.gov

Poslodavac jednakih mogućnosti/korektivnih kvota za zapostavljene manjine.

Usluge se pružaju na nediskriminatornom osnovu. Pojedinci koji su gluhi ili imaju poteškoća sa sluhom ili govorom mogu birati 711 ili 1-800-735-2966.

Ova institucija je pružalac jednakih mogućnosti.



(508) Bosnian 2-20