

Вживання психоактивних речовин Ваші сьогоднішні дії можуть призвести до незворотних наслідків для вашої дитини

Наркотики й лікарські препарати

Будь-які речовини, що викликають стан наркотичного сп'яніння, можуть зашкодити вашій дитині. Не вживайте марихуану, крэк, кокаїн, героїн, екстазі, метамфетамін та інші наркотики. Вживання наркотиків або зловживання рецептурними лікарськими препаратами під час вагітності підвищують ризик виникнення вказаних нижче проблем:

- низька маса тіла дитини при народженні, передчасні пологи, мертвонародження;
- народження дитини з лікарською або наркотичною залежністю;
- народження дитини з вродженими аномаліями та вадами розвитку, розладами дихання або іншими проблемами зі здоров'ям.

Що потрібно робити

1. Не вживайте наркотики, не зловживайте лікарськими препаратами і не приймайте лікарські препарати, призначені іншим людям.
2. Приймайте лікарські препарати, як призначено лікарем.
3. Поговоріть з лікарем або консультантом із грудного вигодовування, перш ніж приймати будь-які лікарські препарати, препарати рослинного походження, вітаміни, харчові добавки або олії під час вагітності. Деякі препарати й усі наркотичні засоби, вживання яких заборонене законом, можуть проникати у грудне молоко.
4. Якщо вам потрібна допомога, подзвоніть за номером 1-800-TEL-LINK.



Алкоголь

До алкоголю належать, наприклад, пиво, вино, солодові напої, лікер і коктейлі. Вживання будь-якої кількості алкоголю під час вагітності може викликати проблеми у дитини на все життя.

Що потрібно робити

1. Не вживайте алкоголь під час вагітності, якщо ви можете бути вагітною або плануєте завагітніти.
2. Поговоріть з лікарем або консультантом із грудного вигодовування, якщо у вас є запитання про вживання алкоголю під час годування груддю.

Тютюн (нікотин)

Сигарети, електронні сигарети, зокрема Juul, а також інші засоби для вейпінгу містять нікотин. Вони шкідливі для вас і вашої дитини. Нікотин підвищує ризик виникнення вказаних нижче проблем:

- низька маса тіла дитини при народженні, передчасні пологи, мертвонародження;
- розлади дихання або порушення сну у дитини;
- можливі проблеми з поведінкою дитини в майбутньому.

Що потрібно робити

1. Кидайте курити просто зараз!
2. Якщо вам потрібна допомога, подзвоніть на лінію підтримки штату Міссурі для тих, хто кидає курити, за номером 1-800-QUIT-NOW (1-800-784-8669) або зареєструйтеся на вебсайті www.YouCanQuit.org.
3. Уникайте пасивного куріння і впливу сигаретного диму на вашу дитину.
4. Годуйте груддю! Грудне молоко допоможе захистити вашу дитину від шкідливого впливу пасивного куріння.

Ви — найважливіша людина для своєї дитини.

Вибір, який ви зробите сьогодні, може захистити її від шкоди у майбутньому.