

# Wiesz o tym?

Palenie w ciąży może prowadzić do nagłej śmierci łóżeczkowej niemowlęcia. Kluczowe znaczenie ma zerwanie z nałogiem palenia papierosów przed zajściem w ciążę. **Zaprzestanie palenia w trakcie ciąży również zmniejsza ryzyko wystąpienia stanów patologicznych.**

Masa ciała noworodków kobiet palących jest przeciętnie o 200-300 g mniejsza niż dzieci matek niepalących. **Rzucenie palenia w czasie ciąży o 50% zwiększa szanse na urodzenie dziecka o prawidłowej wadze.\***

\* Konsensus dot. rozpoznawania i leczenia zespołu uzależnienia od tytoniu, 2006.  
Zachowania zdrowotne kobiet w ciąży, Główny Inspektorat Sanitarny, 2009.



Wydano ze środków finansowych Programu Ograniczania Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu w Polsce. Cele i Zadania na lata 2010-2013.



Treść ulotki i projekt graficzny opracowano w ramach projektu "Odświeżamy nasze miasta. TOB3CIT (Tobacco Free Cities)"



Bierne palenie w czasie ciąży, związane z narażeniem na dym tytoniowy, wiąże się z podobnymi zagrożeniami dla ciąży, jak w przypadku palenia czynnego, czyli gdy kobieta ciężarna pali tytoń.\*

# Wiesz o tym?

\* Konsensus dot. rozpoznawania i leczenia zespołu uzależnienia od tytoniu, 2006.  
Źródło zdjęcia: Komisja Europejska - Biblioteka mieszanych ostrzeżeń zawierających kolorowe fotografie i teksty.