

# DZIECI SĄ PIERWSZYMI OFIARAMI PALENIA TYTONIU

Zwracam się z apelem do wszystkich, którym zależy na losie najmłodszych:

## UWOLNIJMY NASZE DZIECI OD DYMU TYTONIOWEGO

### **Dzieci są pierwszymi ofiarami palenia tytoniu**

W Polsce każdego roku rodzi się ponad 100 tys. dzieci, które podczas pierwszych 9 miesięcy istnienia w łonie matki są narażone na działanie setek niszczących zdrowie związków chemicznych zawartych w dymie tytoniowym. Dzieci te wolniej rosną w łonie matki, rodzą się z cechami niedorozwoju (przeciętnie masa urodzeniowa niższa o 200–400 g), są znacznie gorzej przygotowane do samodzielnego życia, mają mniejszą szansę na normalne, zdrowe życie.

60% małych dzieci w Polsce jest zmuszonych przez oboje lub jednego z rodziców do biernego palenia. Badania naukowe, także w Polsce, jednoznacznie wskazują na częstsze nagłe zgony noworodków związane z biernym paleniem, a także astmę, schorzenia układu oddechowego i ucha środkowego u dzieci narażonych na bierne palenie.

Badania naukowe wskazują, że wymuszone bierne palenie od momentu poczęcia do 4. roku życia jest największym zagrożeniem dla zdrowia dzieci.

Zwracam się z apelem do rodziców – chrońcie swoje dzieci przed wdychaniem dymu tytoniowego z otoczenia, zanieczyszczonego przez dorosłych palaczy. Proszę moich kolegów lekarzy, informujmy o zagrożeniach, jakie niesie za sobą palenie tytoniu przez kobiety w ciąży i bierne – wymuszone przez dorosłych – palenie małych dzieci.

Życie w środowisku wolnym od dymu tytoniowego ma kluczowe znaczenie dla zdrowia dzieci.

*Prof. dr hab. med. Witold Zatoński*



Wydano w ramach „Programu Ograniczania Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu w Polsce w roku 2009.”

## DZIECI PALĄCYCH RODZICÓW TEŻ BĘDĄ PALACZAMI

**Palenie przez kobietę w ciąży prowadzi do kontaktu rozwijającego się płodu z nikotyną. Dlatego u dziecka mogą wystąpić po porodzie objawy głodu nikotynowego (tak jak u palaczy rzucających palenie).**

Takie dzieci mogą więc urodzić się z objawami zespołu odstawienia nikotyny: są bardziej płaczliwe, niespokojne, gorzej śpią, mają zaburzenia funkcji przewodu pokarmowego. Na całe życie pozostanie u nich zwiększona tolerancja nikotyny. W przyszłości łatwiej uzależniają się od palenia papierosów – częściej niż dzieci matek niepalących stają się palaczami. Są bardziej skłonne do sięgania po papierosy we wczesnym wieku. Prenatalna ekspozycja ma więc znaczący wpływ na wczesną inicjację tytoniową dzieci i używanie przez nie tytoniu w dorosłym życiu. Dzieci mieszkające z osobami palącymi charakteryzuje 3-krotnie większe ryzyko stania się w przyszłości palaczami. Mieszkanie z osobami, które palą ma kluczowy wpływ na przyszłą postawę w stosunku do palenia u dzieci. Rodzice, dziadkowie i starsze rodzeństwo muszą zdawać sobie sprawę ze swojej roli w tej kwestii. Szczególnie matki, które same nie palą, dają swoim dzieciom najlepszą ochronę przed inicjacją tytoniową poprzez swoje poglądy dezaprobujące palenie.

- Dzieci, które palą papierosy, zwykle wskazują jako przyczynę palących domowników.
- Dzieci, które nigdy nie paliły, najczęściej twierdzą, że stało się tak dlatego, że ich rodzina i przyjaciele nie palą.
- Dzieci, które palą, mimo, że nikt w ich domu nie pali, zwykle wskazują, że rodzice nie wiedzą o ich eksperymentach z papierosami.
- Tylko 30% niepalących dzieci mieszkających z osobami niepalącymi dopuszcza możliwość spróbowania papierosów w przyszłości.
- Dzieci mieszkające z osobami palącymi charakteryzuje 3 – krotnie większe ryzyko uzależnienia od nikotyny w przyszłości.
- Młodzież pochodząca z palących rodzin jest mniej skłonna uwierzyć, że palenie rzeczywiście szkodzi zdrowiu.

**Rodzice mają wpływ na poglądy dzieci do 12–14 roku życia. Starsze dzieci stają się mniej otwarte na treści przekazywane w domu. Dlatego bardzo ważne jest, aby rodzice nauczyli dzieci właściwej postawy w stosunku do palenia w odpowiednim czasie.**

**Jeszcze nie jest za późno, aby rzucić palenie!**

Rzuć palenie razem z nami!

Potrzebujesz wsparcia?

Zadzwoń do Telefonicznej Poradni Pomocy Palącym

**tel. 0-801 108 108**

Opracowanie merytoryczne: Centrum Onkologii – Instytut  
ul. Roentgena 5, 02 – 781 Warszawa,  
tel./fax + 48 22 643 92 34  
email: canepid@coi.waw.pl