

## О ПАССИВНОМ КУРЕНИИ

Родителям важно помнить, что несформировавшийся организм более чувствителен к токсическому воздействию табачного дыма — пассивное курение может привести к необратимым повреждениям и задержке развития.

Дети, вынужденные дышать дымом сигарет, хуже успевают в образовательном учреждении, имеют сложности с засыпанием, памятью, адаптацией в коллективе из-за повышенной возбудимости и нервозности

## КУДА ОБРАТИТЬСЯ?

**Если у Вас есть желание отказаться от употребления никотинсодержащей продукции, но самостоятельно сделать это не получается — обратитесь за помощью:**

- ▶ **в КОГБУЗ «Кировский областной наркологический диспансер»:**  
г. Киров, Студенческий проезд, дом 7;
  - (8332) 53-66-61 — прием взрослого населения;
  - (8332) 53-00-97 — помощь детям и подросткам;
  - (8332) 45-53-70 — горячая линия
- ▶ **к врачу — психиатру-наркологу в районную больницу, если Вы живете в районе Кировской области.**
- ▶ **во Всероссийский консультативный телефонный центр помощи в отказе от потребления табака по бесплатному номеру 8-800-200-0-200**



**Помните!**  
**Отказ от курения —**  
**важный шаг для сохранения**  
**репродуктивного здоровья**  
**и рождения здорового малыша!**



Больше информации  
на портале о здоровом  
образе жизни [TAKZDOROVU.RU](https://takzdorovo.ru)  
Официальный ресурс  
Министерства здравоохранения  
Российской Федерации



Центр общественного здоровья  
и медицинской профилактики  
**КОГБУЗ «МИАЦ, ЦОЗМП»**  
г. Киров, ул. Герцена, д. 49  
телефон: (8332) 38-90-17  
e-mail: [medprof43@mail.ru](mailto:medprof43@mail.ru)  
[www.prof.medkirov.ru](http://www.prof.medkirov.ru)



2025 год



Центр общественного здоровья  
и медицинской профилактики  
КОГБУЗ «МИАЦ, ЦОЗМП»

## Курение и репродуктивное здоровье



**Образ жизни является  
ключевым звеном, влияющим  
на репродуктивное здоровье  
как мужчин, так и женщин.**

Курение хотя бы одного из родителей может вызывать сложности с зачатием, задержку роста и развития плода, осложнения во время беременности и родов, поскольку каждая сигарета содержит более 4000 химических веществ, оказывающих негативное влияние на здоровье человека

## ДО БЕРЕМЕННОСТИ

**Курящим женщинам** требуется больше времени, чтобы забеременеть. Под воздействием токсических веществ, содержащихся в табачном дыме, в их организме понижается уровень женского полового гормона — эстрогена, и повышается уровень мужских гормонов. В результате, могут быть сбои менструального цикла, затрудняется созревание яйцеклеток и их движение по маточным трубам. Кроме того, курение уменьшает репродуктивный возраст женщины на 1–2 года и вызывает раннюю менопаузу.

**У курящих мужчин** в результате регулярного потребления никотина в крови значительно падает уровень тестостерона — основного мужского полового гормона. Это не только негативно сказывается на либидо, но и способствует уменьшению количества сперматозоидов в семенной жидкости, нарушению их строения и подвижности, что в конечном итоге снижает возможность к зачатию. Кроме того, никотин сужает сосуды — в том числе и в малом тазу, что может привести к нарушению эрекции. Это также серьезно уменьшает шансы на зачатие

Негативно влияет на здоровье не только курение обычных сигарет, но и потребление кальянов и вейпов. Несмотря на то, что производители позиционируют их как более безопасные за счет использования систем очистки вдыхаемого пара и фильтров, но все они тоже содержат никотин, причем его концентрация не регулируется законом

## КОГДА БЕРЕМЕННОСТЬ УЖЕ НАСТУПИЛА



Курящие женщины во время беременности подвергаются повышенному риску возникновения осложнений: отслойки плаценты, самопроизвольных абортов, мертворождения, преждевременных родов и врожденных аномалий.



У ребенка и матери общий кровоток и когда мама курит, ее ребенок «курит» вместе с ней. Вредные химикаты от вдыхаемого табачного дыма проникают через легкие в кровеносную систему мамы, а оттуда через плаценту и пуповину попадают в кровь плода, и могут влиять на правильность деления клеток эмбриона. Это может привести к врожденным дефектам у малыша, например, «заячьей губе», порокам сердца, деформации костей.



Кроме того, никотин вызывает нарушение кровотока в матке и плаценте, что ухудшает кровоснабжение плода. Вследствие чего малыш лишается притока кислорода и питательных веществ. Так при курении возникают дефициты витаминов В и С, фолиевой кислоты, а недостаток последней может привести к дефектам развития эмбриона

## ПОСЛЕ РОДОВ



Курящие женщины могут испытывать трудности с грудным вскармливанием, поскольку никотин замедляет выработку гормона пролактина, стимулирующего выделение грудного молока. Кроме того, количество в молоке гормонов, витаминов и антител, необходимых для того, чтобы ребенок рос здоровым, под действием табачного дыма, уменьшается.



Дети, рожденные от женщин, куривших во время или после беременности, имеют повышенный риск внезапной детской смерти.



К моменту появления на свет легкие у детей, подвергавшихся воздействию табачного дыма, часто остаются не полностью сформированными. В будущем это может стать причиной различных заболеваний органов дыхания, в частности, бронхиальной астмы. Иммуитет у детей также крайне ослаблен, что становится причиной повышенной восприимчивости к инфекциям и аллергенам.



Страдает и головной мозг малыша — зачастую ребята имеют сложности с обучением, поведением, нередко наблюдаются врожденные дефекты мозга.



Негативное влияние испытывает и репродуктивная система ребенка — велика вероятность того, что в будущем он может оказаться бесплодным