

ما مخاطر تدخين المرأة الحامل عند الجنين؟

تحتوي السجائر على أكثر من 4 آلاف مادة كيميائية، بما فيها السيانيد، والرصاص، ... وما لا يقل عن 60 مركب يسبب السرطان. عند التدخين أثناء الحمل، تدخل السموم في مجرى الدم، وهو المصدر الوحيد للأكسجين والمواد المغذية لطفلك.

نقص الأكسجين له آثار مدمرة في نمو طفلك وتطوره. كما يضعف التدخين أثناء الحمل من احتمالات ولادة الطفل قبل أوانه، أو أن يكون وزنه أقل من 2.5 كيلوغرام عند ولادته. ويضعف التدخين أيضاً مخاطر موت الجنين.

فأيتها القارئة اعلمي أن كل سيجارة تدخينها خلال حملك، تزيد من المخاطر على الحمل. حاولي تخفيف عدد السجائر يومياً. يكون جسد المدخن حساساً جداً بخاصة عند أول جرعة من النيكوتين كل يوم، ما يتسبب بتضييق الأوعية الدموية بشكل كبير، حتى لو دخت سيجارة أو اثنتين فقط. لهذا السبب، حتى السيجارة "الخفيفة" تملك تأثيراً كبيراً في صحة طفلك.

تأثير التدخين على الجنين:

- الوزن والحجم: تدخين علبة واحدة في اليوم خلال فترة الحمل يقلص حوالي 200 غرام من وزن الطفل عند ولادته. ويملك الحد من نمو الجنين في الرحم عواقب سلبية تلاحقه مدى الحياة.
- الجسد والرئتين: يؤدي التدخين أثناء الحمل إلى عدم اكتمال نمو أجساد الجنين. وقد لا تكون رئتيهم جاهزة للعمل من تلقاء نفسها، وسيضطر وصل الأطفال بأجهزة تنفس اصطناعية. وقد تخلق مشاكل تنفس مزمنة لدى هؤلاء الأطفال، الذين قد يُصابون بالربو. كما قد تضعف احتمال موت الرضيع المفاجئ.
- القلب: الأطفال الذين تدخن والداتهم في الأشهر الثلاثة الأولى من الحمل هم الأكثر عرضة للمشاكل في القلب عند الولادة. وتشمل التشوهات الخلقية تلك بإعاقة تدفق الدم من القلب إلى الرئتين وأجواف القلب.
- وظائف الدماغ: للتدخين أثناء الحمل تأثير لمدى الحياة في دماغ طفلك، الذي من المرجح أن يعاني صعوبات في التعلم،

ومشاكل سلوكية، ونسبة ذكاء منخفضة نسبياً.

حتى ولو كنت على بينة من مخاطر التدخين، ليس من السهل التخلي عن هذه العادة. تشاوري مع طبيبك عن طرق مختلفة لإنهاء هذه العادة. اعتمدي على غيرك ليساعدك في التخلي عن التدخين، فبعد كل شيء، شخص ما يعتمد عليك.