

Употребление психоактивных веществ Ваши сегодняшние действия могут повлечь за собой необратимые последствия для вашего ребенка

Наркотики и лекарственные препараты

Любые вещества, приводящие вас в состояние наркотического опьянения, могут навредить вашему ребенку. Не употребляйте марихуану, крэк, кокаин, героин, экстази, метамфетамин и другие наркотики. Употребление наркотиков или злоупотребление рецептурными лекарственными препаратами во время беременности повышают риски возникновения указанных ниже проблем:

- низкая масса тела ребенка при рождении, преждевременные роды, мертворождение;
- рождение ребенка с наркотической или лекарственной зависимостью;
- рождение ребенка с врожденными аномалиями и пороками развития, дыхательными расстройствами или другими проблемами со здоровьем.

Что нужно делать

1. Не употребляйте наркотики, не злоупотребляйте лекарственными препаратами и не принимайте лекарственные препараты, назначенные другим людям.
2. Принимайте лекарственные препараты так, как вам назначил врач.
3. Поговорите с врачом или консультантом по грудному вскармливанию, прежде чем принимать какие-либо лекарственные препараты, препараты растительного происхождения, витамины, пищевые добавки или масла во время беременности. Некоторые лекарственные препараты и все наркотические средства, употребление которых запрещено законом, могут проникать в грудное молоко.
4. Если вам нужна помощь, позвоните по номеру 1-800-TEL-LINK.



Алкоголь

К алкоголю относятся, в частности, пиво, вино, солодовые напитки, ликер и коктейли. Употребление любого количества алкоголя во время беременности может привести к пожизненным проблемам у вашего ребенка.

Что нужно делать

1. Не употребляйте алкоголь во время беременности, если вы можете быть беременны или планируете забеременеть.
2. Поговорите с врачом или консультантом по грудному вскармливанию, если у вас есть вопросы об употреблении алкоголя во время грудного вскармливания.

Табак (никотин)

Сигареты, электронные сигареты, в том числе Juul, а также другие средства для вейпинга содержат никотин. Они вредят вам и вашему ребенку. Никотин повышает риски возникновения указанных ниже проблем:

- низкая масса тела ребенка при рождении, преждевременные роды, мертворождение;
- дыхательные расстройства или нарушения сна у ребенка;
- по мере взросления у ребенка могут проявиться расстройства поведения.

Что нужно делать

1. Бросайте курить прямо сейчас!
2. Если вам нужна помощь, позвоните на линию поддержки бросающих курить штата Миссури по номеру 1-800-QUIT-NOW (1-800-784-8669) или зарегистрируйтесь на веб-сайте www.YouCanQuit.org.
3. Избегайте пассивного курения и воздействия сигаретного дыма на ребенка.
4. Кормите грудью! Грудное молоко поможет защитить вашего ребенка от вредных воздействий пассивного курения.

**Вы — самый важный человек для своего ребенка.
Выбор, который вы сделаете сегодня, может уберечь его от вреда в будущем.**



Департамент здравоохранения штата Миссури и услуг лицам преклонного возраста
Служба WIC и обеспечения продуктами питания
1-800-392-8209 • wic.mo.gov

Работодатель, соблюдающий положения закона EO/AA: услуги предоставляются на недискриминационной основе.
Лица с нарушениями слуха или речи могут позвонить по номеру 711 или 1-800-735-2966.



Данное учреждение является провайдером,
обеспечивающим равные возможности предоставления услуг. #508 Russian (2-20)