

Советы родителям

Пять причин отказаться от сигареты

1. Ваш малыш уже курит

15 процентов дыма малыш вдыхает от дыма, прошедшего через сигаретный фильтр и легкие родителей;

85 процентов вредного неотфильтрованного дыма от сгорающего кончика сигареты попадает в дыхательные пути;

в 100 раз выше концентрация токсических соединений в побочной струе, чем в основной;

в 10 лет дети из семьи, где курит хотя бы один из родителей, в два раза чаще сверстников из некурящих семей приобретают никотиновую зависимость.

2. Ваш малыш - в зоне риска опасных хронических заболеваний

У пассивного курильщика повышен риск аллергического ринита и бронхиальной астмы, а повторные простуды, хронический отит и гайморит возникают в 4-5 раз чаще.

В будущем у таких детей в два раза выше опасность умереть от рака легких, даже если сами они не станут курить.



3. Ваши потомки - в зоне риска бронхиальной астмы

Вызванные курением изменения в ДНК передаются через поколение. Курящие мамы и папы подрывают здоровье не только своих детей, но и внуков. В частности, риск заболеть бронхиальной астмой у первых выше в полтора раза, а у вторых - более чем вдвое.

4. Ваш малыш станет глупым и нервным

Дошкольники из семей, где курят, хуже усваивают информацию, они нервные и возбудимые.

5. Вашему ребенку бесполезны витамины

В организме активных и пассивных курильщиков лекарства и витамины ведут себя непредсказуемо, особенно Е, А и каротин. Вреда от них гораздо больше, чем пользы. Дали ребенку детские поливитамины или просто морковный салат со сметаной - а получили картину отравления.