

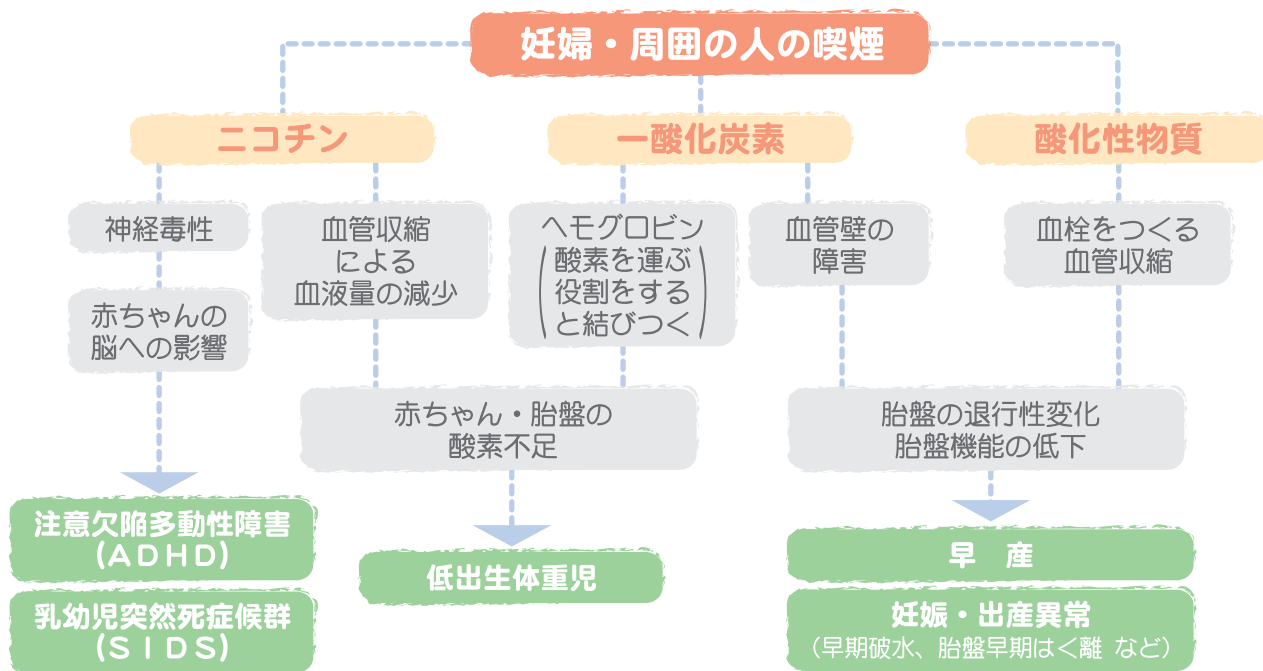
これから生まれてくる赤ちゃんのために

## ママと赤ちゃんに危険がいっぱいのタバコ!!

お母さんや家族がタバコを吸うことで、赤ちゃんに与える影響について知っておきましょう。

### ●妊娠中のタバコ、お腹の赤ちゃんへの影響は？

タバコの煙には4,000種類以上の化学物質が含まれており、なかでもとくに悪影響をおよぼすのは、ニコチン・一酸化炭素・酸化性物質の3つです。



## ●授乳中のタバコ、影響は？

### 授乳中にお母さんがタバコを吸うと・・・

- 母乳分泌ホルモンが低下し、母乳の出が悪くなります。
- ニコチンが母乳を介して赤ちゃんに及びます。
- ▶赤ちゃんに不眠・嘔吐・下痢などのニコチン症状がでます

授乳中もタバコはやめましょう。



タバコの煙は、喫煙者が直接吸い込む煙(主流煙)と、火のついた先から立ち上る煙(副流煙)があります。副流煙には主流煙よりも多くの有害物質が含まれています。また、喫煙者が吐き出す呼気にも、数十分にわたり有害な物質が残っています。

そのため、「たばこはベランダで吸っているから大丈夫」とはいえないのです。お母さんだけでなく、周りの家族もみんなでタバコを吸わないよう心がけましょう。

**問合せ** 保健年金課 健康推進係 ☎92-5763 保健師までご相談ください。