

## Дети - пассивные курильщики



### Пассивное или активное курение во время беременности:

- может привести к ее прерыванию или появлению серьезных нарушений внутриутробного развития ребенка;
- на 28% повышает риск мертворождения и смертности новорожденных;
- увеличивает в 2 раза риск рождения ребенка с низким весом по сравнению с некурящими;
- из-за курения происходит недостаточное образование молока.



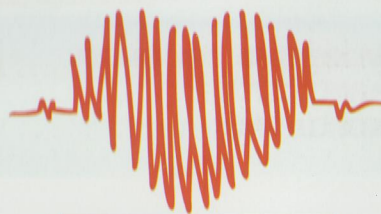
### У детей пассивных курильщиков существенно снижается иммунитет.

#### Они чаще:

- болеют респираторными заболеваниями;
- страдают заболеваниями среднего уха;
- страдают хроническими бронхитами.



### Курение одного и, особенно, обоих родителей увеличивает в несколько раз вероятность курения ребенка в будущем.



2015 – НАЦИОНАЛЬНЫЙ ГОД БОРЬБЫ С СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ

Желаем Вам здоровья!



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

АМИ

российское агентство  
медико-социальной  
информации

Российское агентство медико-социальной информации АМИ  
для Министерства здравоохранения Российской Федерации



АРХАНГЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР  
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ



# КАК оградить ребенка от вредных привычек?

ТЕЛЕФОН ЗДОРОВЬЯ:  
**(8182) 21-30-36**  
[www.zdorovie29.ru](http://www.zdorovie29.ru)



Материал разработан  
ФГБУ «ГНИЦ профилактической медицины»  
Минздрава России

## Первые признаки знакомства подростка с наркотиками

### Изменения во внешнем виде:

- Бледная кожа, синие круги под глазами, часто выступающий пот;
- Неестественно расширенные или суженные зрачки;
- Расчесы на коже.

### Изменения настроения:

- Немотивированная смена настроения;
- Апатия;
- Внезапные приступы агрессивности.

### Изменения поведения:

- Продолжительный сон;
- Приступы сильного голода;
- Изменение круга общения. Отказ от прежних друзей, появление новых приятелей, избегающих контактов с взрослыми членами семьи.
- Изменение сферы интересов. Прежние увлечения теряют свою привлекательность. Подросток без предупреждения исчезает из дома, пропускает школу, бросает секцию или кружок.

## Что делать, если Вы заметили тревожные признаки?

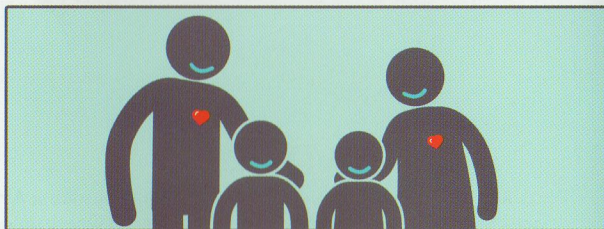
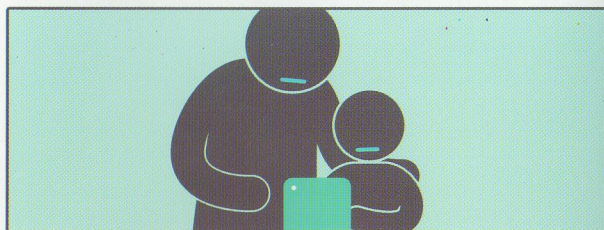
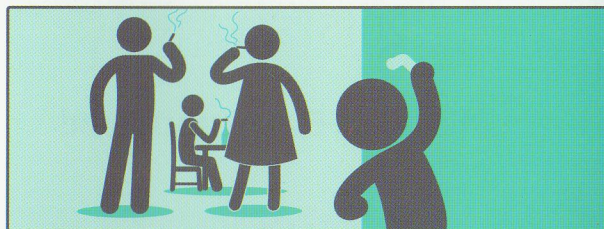
- Спокойно и доброжелательно поговорите с подростком. Объясните ему, что именно Вас тревожит, попросите объяснить происходящее.

- Если опасения остаются, обратитесь за помощью в подростковый наркологический кабинет. Там можно получить профессиональную консультацию, сделать анализ. Такая помощь может быть оказана анонимно.

## Между прочим:

Около **60%** родителей узнают о том, что их дети употребляют наркотики тогда, когда подростку требуется медицинская помощь. Родители признаются, что уже давно замечали неладное, однако сама мысль о том, что в их семье случилась беда, приводила их в ужас, и поэтому взрослые сами для себя старались придумывать более или менее правдоподобные объяснения происходящего.

## Как уберечь ребенка от знакомства с алкоголем?



Постарайтесь, чтобы маленький ребенок не был свидетелем взрослых застолий.

Расскажите своему ребенку об опасных последствиях знакомства с алкоголем. Ваша беседа не должна превратиться в запугивание – используйте конкретные примеры, подтверждающие Ваши слова и вызывающие доверие у ребенка.

Научите своего ребенка говорить нет в ответ на опасное предложение.

Помогите ребенку интересно и содержательно организовать свой досуг. Поддерживайте его в поиске и формировании своего круга интересов.

Сохраняйте доверительные и близкие отношения с ребенком. Ваш ребенок должен быть уверен, что Вы всегда поддержите и постараетесь понять его.