**Курение во время беременности:**

**что необходимо знать каждому?**

Беременность – радостное событие в жизни женщины, но для некоторых представительниц прекрасного пола оно становится настоящим испытанием в попытке отказаться от курения. Несомненно, лучше не начинать затягиваться вообще. А если вы курильщица со стажем и так сложно «завязать», даже находясь в интересном положении? Статистика такова, что пристрастие к сигаретам все больше распространяется среди женщин, а возраст первого знакомства с табаком становится все младше

Услышав врачебное «нет» на курение во время беременности, большинство женщин все-таки перебарывают себя. Оправданием для будущих мам-курильщиц становятся «пухнущие уши» и повышенная нервозность, а также отзывы тех, кто всю [беременность](http://ilive.com.ua/family/pregnancy) преспокойно курил, и с ребенком ничего не случилось. Однако, существующие данные более 300 исследований, проведенных по всему миру, сходятся на комплексном неблагоприятном эффекте курения при беременности. Отрицательные факты от пагубной привычки включают:

* рождение недоношенного ребенка;
* повышение риска перинатальной смертности;
* недостаточный вес новорожденного;
* физические патологии;
* риск спонтанного аборта;
* состояние преэклампсии, создающее угрозу жизни малыша и самой женщине (признаки – выраженная отечность, наличие белка в моче, высокое давление);
* риск появления заболеваний врожденного характера;
* отложенное во времени проявление негативного влияния табака – психические, интеллектуальные расстройства и т.д.

**Чем опасно курение при беременности?**

Неблагоприятные изменения у курящих беременных сводятся к патологиям: в материнском организме, при внутриутробном формировании малыша, у грудничков и подрастающих детей.

Материнский организм и организм ребенка являются единым целым – когда женщина делает очередную затяжку, то малыша окружает дымовая завеса, приводящая к спазму сосудов и кислородному голоданию. Врачи отмечают плацентарные изменения у беременных, злоупотребляющих сигаретами. При этом плацента приобретает более округлую форму и истончается. Рост числа спонтанных абортов, численность неонатальных эпизодов смертности и фактов замедления в развитии новорожденных относят к раннему отслоению и ситуациям с крупными инфарктами плаценты вследствие негативного действия никотина.

Чем опасно курение при беременности? Результаты курения до зачатия, в период вынашивания ребенка и после появления на свет:

* рост числа самопроизвольных прерываний беременности и спонтанной родовой деятельности;
* частота случаев недоношенных, с недостаточной массой тела младенцев;
* нарушения, связанные с процессом грудного вскармливания;
* понижение адаптивных факторов и повышение случаев болезней новорожденных;
* риск врожденных дефектов;
* заметное отставание малышей в психическом и физическом плане.

Известны факты о неблагоприятном действии курения при беременности на систему периферического кровоснабжения будущей мамы, а также понижению респираторной активности плода. Губительное влияние оксида углерода и никотина на внутриматочное развитие плода касается снижения способности гемоглобина к транспортировке кислорода. Вследствие чего артериальный спазм матки нарушает плацентарную функцию.

**Вред курения при беременности**

Малоизвестным фактом является то, что табачные канцерогены оказывают угнетающее действие на функционирование половой системы плода. У девочек отмечается уменьшение запаса яйцеклеток, а мальчики в дальнейшей жизни могут иметь проблемы с потенцией.

Сложно недооценивать вред курения при беременности для самой мамы:

* более тяжело протекает процесс вынашивания;
* распространены случаи раннего токсикоза, а также состояния гестоза;
* усугубляются проблемы, связанные с варикозным расширением вен, головокружением, нарушением пищеварения (запоры);
* никотин обуславливает дефицит витамина С.

Хотелось бы отметить, что недостаточное количество витамина С в организме матери влечет за собой такие неприятности, как: сбой обменных процессов и функционирования иммунитета, нарушение усвоения белков и депрессивные состояния.

Курение во время беременности приводит к интоксикации плода табачным дымом. Малыш поневоле становится пассивным курильщиком. Такие дети зачастую подвержены пагубным привычкам, как табак и алкоголь, уже в подростковом возрасте. Самое страшное, что новорожденные нередко страдают «никотиновым голоданием», то есть еще в материнской утробе у них формируется вредная зависимость. Проявляется пристрастие по-разному: капризами и плохим сном, первым вдохом при рождении с последующим состоянием удушья.

**Как вредит курение при беременности?**

Курение пассивное или же активное делает ребенка курильщиком уже в материнской утробе, причем концентрация канцерогенов от табачного дыма у развивающегося малыша намного выше и сохраняется дольше, чем в крови у мамы.

Материнство означает заботу, любовь, способность думать о счастье и здоровье будущего дитя. Однако некоторых женщин в положении ни страшилки об отдаленных проблемах, ни сведения о вредных компонентах табака не останавливают перед пагубной зависимостью. Но все-таки им следует знать, как вредит курение при беременности. Знания эти не появились на пустом месте, а отображают данные исследований ученых всего мира о действии никотина на течение беременности и развитие эмбриона:

* способность к зачатию у курильщиков значительно понижается – у женщин наблюдается затруднение движения яйцеклетки в маточных трубах и угнетение действия гормонов, а у мужчин сперматозоиды теряют подвижность;
* понижается количество рождаемых мальчиков – доказано, что эмбрион мужского пола сложнее привыкает к условиям выживания. Пассивное курение, например, снижает возможное рождение сына на треть;
* ребенок родителей-курильщиков обречен на проблемы, связанные с репродуктивной функцией;
* курение будущей мамы делает ребенка никотинозависимым;
* курение во время беременности грозит преждевременной отслойкой плаценты, приводящей к осложнению родов с большой кровопотерей либо выкидышу;
* дети матерей-курильщиц – недоношенные, отстают в развитии от сверстников;
* появляются дефекты развития, различные патологии – лица, конечностей, внутренних органов;
* табачный дым нарушает функцию легких у ребенка, которую провоцирует недостаток сурфактанта;
* злоупотребление сигаретами нередко вызывает синдром внезапной младенческой смерти;
* малыши мам-курильщиц наиболее подвержены различным болезням.

**Как курение влияет на беременность?**

Интенсивное курение во время беременности сказывается на весе женщины. Масса тела курильщицы меньше из-за понижения аппетита в результате пагубной привычки и уменьшения объема потребляемого рациона.

Ученые определили, что число самопроизвольных абортов напрямую зависит от количества выкуренных сигарет будущей мамой. Детская смертность в родах матерей-курильщиц увеличивается на 30%, а риск неблагоприятного течения родовой деятельности у курильщиц увеличивается вдвое. Преждевременные роды – это еще одно неблагоприятное последствие табака.

Как курение влияет на беременность и количественное содержание тиоцианата? Ежедневное выкуривание до двадцати сигарет приводит к увеличению тиоцианата в крови матери и соответственно малыша, что устанавливается по анализу сыворотки крови. Повышение тиоцианата обуславливает эндотелиальную дисфункцию, являющуюся основным фактором патогенеза гипертензии легких и хронических обструктивных легочных процессах.

**Влияние курения на беременность**

Медики включили понятие «фетальный табачный синдром» для определения степени влияния никотина на малыша. Подобный диагноз у детей дифференцируют, если:

* будущая мама выкуривала свыше пяти сигарет ежедневно;
* имелась выраженная гипертензия у женщины в период вынашивания;
* у новорожденного в 37 недель было отмечено симметричное замедление роста;
* притуплены ощущения вкуса и обоняния, имеется стоматит;
* наблюдается повышенная свертываемость крови;
* имеет место нарушение гемопоэза;
* снижен иммунитет;
* отмечается преждевременное старение кожи (образование морщин);
* антидиуретическое воздействие.

Негативное влияние курения на беременность касается прежде всего нарушений строения тканей плаценты, которая становится тоньше, значительно уменьшается ее вес в сравнению с нормой. Плацента приобретает под воздействием никотина округлую форму, претерпевает изменения со стороны кровоснабжения. Данные патологические процессы нередко способствуют преждевременному отторжению плаценты, обширному кровоизлиянию в ее ткани и гибели плода.

Канцерогены табачного дыма активизируют спазм в маточных артериях, приводя к дисфункции плацентарного кровообращения и, как следствие, недостаточному поступлению кислорода к плоду, что вызывает замедление роста. Повышенное содержание в крови углекислого газа способно привести к гипоксии эмбриона.

Важно отметить, что курение во время беременности понижает усвоение витаминов В, С и фолиевой кислоты, что чревато проблемами при закладывании центральной нервной системы у малыша.

**Влияет ли курение на беременность?**

Новость о зарождении жизни не всегда заставляет женщину отказаться от сигарет. Многие из будущих мам предпочитают снизить количество выкуриваемых сигарет/пачек и только.

Реакцию малыша внутри маминого животика отследили ученые, проводившие УЗИ диагностику. Выяснилось, что только при намерении беременной покурить ребенок начинал сжиматься и гримасничать.

Если вы еще сомневаетесь по поводу – влияет ли курение на беременность, то следует обратиться к опыту медицинских представителей. Изучением последствий табачного дыма для матери и малыша занимались ученые всего мира. Помимо физических патологий, недоразвитости, проблем интеллектуального и психического характера курение во время беременности грозит сложностями при социальной реализации в будущем. Замкнутое, неблагоприятное пространство, в котором малыш находился при развитии, оставляет свой отпечаток на подсознательном уровне на всю жизнь.

Вспомним, что сигаретный дым состоит приблизительно из 800 компонентов, тридцать из которых являются ядовитыми – окись углерода, никотин, кадмий, ртуть, кобальт и т.д. Поэтому табачная интоксикация – это неизменный спутник всех мам-курильщиц и их детей.

**Курение и планирование беременности**

Планирование зачатия означает готовность супружеской пары стать родителями. При таком подходе и мужчина, и женщина осознают важность создания для будущего малыша здоровых, полноценных условий развития. Супруги заведомо проверяют состояние своего организма, избавляются от имеющихся проблем, приводят в порядок свое эмоциональное состояние.

Очевидным для таких людей становится, что курение и планирование беременности – несовместимые вещи. Оба будущих родителя должны отказаться от негативной привычки, как можно раньше. Ведь способность к репродуктивным функциям у курильщиков понижается почти в два раза. У мужчин значительно уменьшается качество спермы, а у женщин – сокращается количество яйцеклеток. Как выяснилось, забеременеть курильщикам сложнее даже при помощи ЭКО, а число попыток увеличивается вдвое.

Исходя из того, что мужской организм избавляется от никотина быстрее, чем женский, то планировать зачатие можно спустя три месяца после отказа от курения при условии, что курильщиком являлся только будущий папа.

**Когда можно планировать беременность после курения?**

В ряде исследований сообщается, что очищение крови наступает после восьми часов с момента курения. Для полного же выведения никотиновых токсинов из организма понадобиться до полугода.

Перед беременностью следует отказаться от сигарет хотя бы за месяц, ведь никотин существенно понижает шансы на возможное зачатие. Следует отметить, что пользоваться никотиновым пластырем либо жевательной резинкой для борьбы с табачной зависимостью можно только до зачатия.

О негативном действии курения на женский организм сказано много – сердечные, легочные заболевания, проблемы с печенью, понижение защитных сил и т.д. Как долго придется женщине восстанавливаться после пагубной привычки? Все зависит от интенсивности курения, состояния систем организма, правильного питания и эмоциональной устойчивости. Как будет протекать беременность после курения, зависит от наличия хронических болезней, вызванных пагубной зависимостью.

**Курение перед беременностью**

Никотиновая зависимость является нередкой причиной бесплодия. Ученые выявили, что у женщин-курильщиц яйцеклетки менее жизнеспособны. Виной тому полициклические ароматические углеводороды, поступающие в органы и системы посредством табачного дыма. Способность женщины к зачатию снижается в среднем вдвое, что определяется частотой и количеством выкуриваемых сигарет.

Женщины с пристрастием к сигаретам чаще страдают от сбоев в менструальном цикле, у них наблюдается не наступление овуляции и скорое знакомство с климаксом.

Пассивное курение перед беременностью, особенно когда негативной привычке подвержен и отец, еще более снижает шансы на успешное оплодотворение. Мужчины-курильщики имеют проблемы с потенцией, качеством и жизнеспособностью сперматозоидов.

**Курение в начале беременности**

Вы курили и не знали, что беременны. Новость о новой жизни внутри вас привносит радость и беспокойство о возможном нанесенном вреде. Природа и здесь проявила заботу о будущем малыше. Зачатие приходится ориентировочно на четырнадцатый день цикла. Первая неделя характеризуется отсутствием связи между матерью и эмбрионом, развивающимся за счет своих сил и запасов. Внедрение зародыша в эндометрий матки осуществляется только на второй недели срока, а по наступившей задержке женщина узнает о беременности.

Курение в начале беременности нарушает все физиологические процессы в материнском организме, негативно влияет на закладку внутренних органов и систем будущего малыша.

Забыть о пагубной привычке легче в начале вынашивания, нежели сделать это на более поздних сроках.

**Курение на ранней стадии беременности**

Никотиновая зависимость мешает «созревать» органам будущего малыша, замещая здоровые клетки больными. Появление неполноценных клеток обусловлено табачными токсинами. Максимальный никотиновый вред наносится костному мозгу, который требует пересадки после появления ребенка на свет.

Будущая мама может не подозревать о наступлении беременности либо утешать себя отговорками: отказ от курения будет стрессом для малыша, две первые недели не существует связи между материнским организмом и эмбрионом.

Как бы там ни было, курение на ранней стадии беременности – эгоизм и безответственность к своему ребенку. Гинекологи-акушеры в один голос утверждают, что забыть о сигаретах лучше еще до зачатия. Если же беременность была не запланированной, то будущей маме следует избавиться от пагубного пристрастия сразу после получения радостного известия.

**Курение на ранних сроках беременности**

Наиболее вредным считается курение на ранних сроках беременности, когда происходит «закладка» всех органов и систем малыша. Одна затяжка доставляет к эмбриону солидное количество вредных веществ – никотина, бензапирена, угарного газа. Никотин провоцирует гипоксию плода, обусловленную воздействием оксида углерода, проникающего через плацентарный барьер в кровь формирующегося ребенка и образующего с гемоглобином карбоксигемоглобин.

Наличие никотина в организме будущей мамы существенно ослабляет кровоток в сосудах плаценты, снижая тем самым поступление питания к плоду. Самопроизвольное прерывание беременности, увеличение вагинального кровотечения – распространенные побочные действия табака на раннем сроке.

Пристрастие к сигаретам в начале вынашивания чревато возможностью развития мутаций у новорожденного – «волчьей пасти» либо «заячьей губы». Формирование неба осуществляется как раз между шестой и восьмой неделями.

Если вы не знали о зарождающейся внутри вас жизни и продолжали курить, то избавиться от вредной привычки следует как можно быстрее. В идеале – не знакомится с сигаретами вообще или отказаться от пристрастия до момента зачатия.

**Курение в первые дни беременности**

Курение даже пассивное, прежде всего, отрицательно действует на организм женщины, ухудшая состояние легких и иммунной системы. Женщины-курильщицы наиболее подвержены респираторным заболеваниям, что совершенно не нужно при беременности.

Считается, что в первые дни после зачатия не существует связи между матерью и эмбрионом. Поэтому курение в первые дни беременности не наносит будущему ребенку вреда. Как правило, большинство мамочек узнают о своем новом положении по истечении двух, а то и пяти недель после зачатия, продолжая курить.

Если вам не удается вести полностью здоровый образ жизни, то в вашей крови присутствует никотин, который оказывает негативное воздействие на ваши органы и системы. Имеет значение и количество ежедневно выкуриваемых сигарет.

Гинекологи рекомендуют избавиться от пристрастия к табаку так быстро, как это возможно, дабы избежать сложностей с внутриутробным развитием младенца и осложнений при течении беременности, а также в период родовой деятельности.

**Курение в первые недели беременности**

Многие женщины-курильщицы зачастую, не подозревая о беременности, продолжают выкуривать свою дозу никотина. Важно тут же отказаться от негативного пристрастия, после подтверждения факта зачатия.

Плацента становится домом для будущей жизни на все девять месяцев, обеспечивая ребенка всем необходимым для полноценного развития – кислородом, питательными средами, защитными антителами. Формирование плацентарной ткани завершается к концу двенадцатой недели после зачатия, а курение в первые недели беременности привносит различные нарушения в естественный процесс. Эмбрион страдает от кислородного голода, отравляется табачными токсинами.

**Курение на 5 неделе беременности**

В пятую неделю беременности происходит активное развитие плода:

* разделение клеток на группы для формирования различных органов;
* зарождение прообраза будущей нервной системы (нервная трубка);
* закладка самого сложного органа – головного мозга;
* начинает биться сердце;
* развивается кровеносная система.

На снимках эмбрион напоминает креветку с зачатками бронхов, щитовидной и поджелудочной железами, печенью, почками и надпочечниками.

Из вышесказанного становится ясно, что курение на 5 неделе беременности более чем безответственный поступок. Будущей маме следует помнить, что начало вынашивания особенно опасно возможностью выкидыша. Женщине необходимо внимательно следить за своим здоровьем: принимать витамины, правильно питаться, не переохлаждаться и не перегреваться, забыть о лекарствах и вредных привычках.

Отказ от табака и алкоголя убережет вашего малыша от изменений в структуре ДНК и врожденных уродств.

Гормональный пик приходится именно на пятую неделю после зачатия. Эмбрион уже имеет связь с материнским организмом через пуповину и черпает жизненные ресурсы благодаря питанию и кислороду, поступающим от мамы.

Курение во время беременности способствует проникновению к малышу ядовитого табачного дыма, вызывающего удушье и сильнейшую интоксикацию. Такие малыши после рождения имеют никотиновую зависимость, у них может наступить остановка дыхания и спонтанная смерть.

В этот период идет активное формирование плаценты, а пагубное пристрастие мамы способно нарушить естественный физиологический процесс. Последствия могут быть плачевны – изменения в кровеносной системе плаценты, ранняя ее отслойка, кровотечения и самопроизвольное прерывание беременности.

**Курение на 6 неделе беременности**

В шестую неделю малыш напоминает головастика с темными точками в местах будущих глаз и ноздрей. Начинают появляться очертания конечностей и впадины на месте ушей. Ультразвук улавливает эмбриональное сердцебиение, а кровь начинает циркулировать в развивающемся тельце.

Чем же вредит курение на 6 неделе беременности? Представьте себе замкнутое пространство, где сосредоточено около четырех тысяч ядовитых компонентов. Угрозу будущему младенцу несет табачный дым, содержащий:

* сужающий кровеносные сосуды никотин;
* углерод, вызывающий нехватку кислорода;
* сильный канцероген – бензол;
* цианистый водород, применяемый для травки крыс;
* формальдегиды.

А теперь осознайте, что замкнутое пространство – это ваша утроба с растущей новой жизнью, которая вынуждена впитывать в себя все ядовитые пары. Самое печальное – в данной ситуации малыш просто не имеет право выбора.

**Курение на 8 неделе беременности**

Мамы должны осознать, что курение на 8 неделе беременности способно вызвать патологии при формировании носоглотки малыша. О таких проблемах, как «заячья губа» и «волчья пасть» слышали многие, но мало кто знает, что решаются подобные врожденные уродства путем сложных хирургических манипуляций. Поэтому мамам-курильщицам не стоит продолжать искать оправданий, а рекомендуется избавиться от никотиновой зависимости.

Курение во время беременности лишает эмбрион достаточного количества кислорода, вызывает дисфункции кровеносной системы матери. Эти факты порождают изменения в психическом развитии малыша, нередко приводящие к синдрому Дауна после рождения.

**Курение на 10 неделе беременности**

Более всего яды от табачного дыма вредят эмбриону на первом этапе развития, когда происходит закладка всех жизненно важных органов и систем. Кроха внутри материнской утробы испытывает двойную дозу никотиновой интоксикации, а еще маленькие и нежные зарождающиеся органы не способны противостоять губительному дыму.

Вот и появляются на свет слабые, подверженные всевозможным болячкам малыши с врожденными патологиями. Не зря некоторые гинекологи приравнивают курение на 10 неделе беременности к преступлению. Повышается риск спонтанной смерти младенца, а шансы воспроизвести на свет здорового малыша стремятся к нулю.

По завершении десятой недели вынашивания эмбрион переходит в стадию плода, когда начинается его активный рост. Несмотря на то, что риск возникновения врожденных пороков максимален в первые девять недель развития, курение на 10 неделе беременности способно отрицательно повлиять на дальнейшее формирование внутренних органов малыша. Продолжается становление нервной системы с развитием рефлексов (движение губами, сосательный рефлекс). Печень, почки, головной мозг, диафрагма также находятся на стадии совершенствования своих функциональных возможностей.

Мамино курение во время беременности наносит непоправимый физиологический, психический урон здоровью будущего малыша. После рождения у ребенка могут обнаружиться больные легкие, порок сердца, отставание в интеллектуальном развитии, психические нарушения.

**Курение на 12 неделе беременности**

Завершает первый триместр вынашивания двенадцатая неделя. Уже произошла закладка всех органов у плода, мозг практически сформирован. Скелет ребенка достигает фазы оссификации, характеризующейся образованием костного вещества. На данном этапе внутриутробного развития активно функционирует вилочковая железа (тимус), способствуя накоплению Т-лимфоцитов (в будущем необходимы для борьбы с инфекцией), и щитовидная железа, синтезирующая йодтирозин и регулирующая процессы обмена. Продолжается развитие и рост тканей под воздействием гормонов щитовидной железы.

Курение на 12 неделе беременности будет абсолютно неуместным, так как до 14 недели происходит активная закладка жизненно важных систем организма малыша. Влияние никотина отразиться прежде всего на естественном развитии органов. Канцерогены, содержащиеся в сигаретах, способны вызвать физические аномалии и проблемы психического характера. Высока вероятность выкидыша в результате отторжения плаценты по причине нарушений в кровеносной системе плаценты.

**Курение на 16 неделе беременности**

Шестнадцатая неделя вынашивания – ускоренное формирование нервных клеток нейронов, которые начали образовываться еще с пятой недели. Сейчас ежесекундно появляется пять тысяч новых клеток. В работу включается гипофиз. На шестнадцатой неделе начинает вырабатываться гемоглобин, к кроветворной функции печени добавляется пищеварительная.

Дыхание продолжается через пуповину, поэтому курение на 16 неделе беременности не сулит ничего хорошего, кроме очередных проблем.

Каждый этап внутриутробного развития уникален, создан природой для закладки либо совершенствования функций систем нового организма. Ваш малыш уже довольно активен: способен строить рожицы, плеваться, совершает глотательные и сосательные движения, поворачивает голову. На УЗИ можно запечатлеть его негодование по поводу поступающей никотиновой отравы – гримасы, сжатие тельца.

**Курение на 18 неделе беременности**

На сроке в восемнадцать недель продолжают свое формирование головной мозг, образуется жировая ткань у ребенка. Набирает свою силу иммунная система, начавшая вырабатывать вещества, помогающие бороться с вирусами и инфекцией. Малыш в животике у мамы улавливает проникающий свет и звуковые колебания.

Если вы продолжаете курение на 18 неделе беременности и никак не можете справиться с собой, то у ребенка наблюдается колоссальная интоксикация от никотина. Пагубная привычка является фактором, повышающим риск врожденных патологий.

Избавление от никотиновой зависимости у курильщиц со стажем, в идеале, должно произойти к двенадцатой недели развития эмбриона. Помочь может материнский инстинкт, сила воли или же самопроизвольный отказ от пагубной привычки.

**Курение на 23 неделе беременности**

Двадцать третья неделя – это период начала формирования жировой прослойки у эмбриона и активного роста. Развитие кровеносных сосудов легких говорит о подготовке их к дыхательной функции. У малыша проявляются дыхательные движения, однако не происходит раскрытие легких. В дыхательную систему малыша попадает незначительное количество околоплодной жидкости, не причиняющей никакого вреда и быстро впитывающейся. Дыхательные «тренировки» включают около шестидесяти движений с перерывом от тридцати до шестидесяти минут. Нарушает данный процесс курение на 23 неделе беременности, вызывающее гипоксию. Бытует мнение, что выкуренная мамой сигарета заставляет малыша не дышать до получаса.

Курение во время беременности на шестом месяце провоцирует преждевременные роды. Выхаживание такого новорожденного сложный процесс и характеризуется высокой вероятностью гибели младенца. Осложнением у курящих мам может быть мертворожденный ребенок, отслоение плаценты с обильным кровотечением.

**Курение на 30 неделе беременности**

Врачи полагают, что избавление от пагубного увлечения табаком даже на тридцатой неделе вынашивания поможет малышу набрать необходимый вес. В этот период развития возникает жировая прослойка, обуславливающая накопление кальция, железа, белка, антител. У ребенка выявляются периоды сна и бодрствования, а также происходит закладка особенностей в нервной системе и психическом состоянии.

Курение на 30 неделе беременности нередко вызывает раннее отслоение плаценты, приводящее к преждевременной родовой деятельности. Данные осложнения разрешаются путем хирургического вмешательства и опасны возможной гибелью плода. Никотин на данном этапе провоцирует состояние гипотрофии – несоответствие физического развития органов малыша периоду беременности.

**Курение на 33 неделе беременности**

Тридцать третья неделя беременности приближает долгожданное событие появление малыша на свет. Мамы-курильщицы должны знать, что в этот момент идет формирование легочных альвеол, а печень приобретает выраженные доли и ее клетки выстраиваются в строгом порядке, определяющем выполнение важных физиологических функций основной химической лабораторией организма. В поджелудочной железе наступает момент самостоятельной выработки инсулина. Завершается «наладка» всех внутренних органов малыша.

Становится ясным, что курение на 33 неделе беременности не принесет ничего хорошего ребенку. Никотиновая интоксикация, недостаточное получение кислорода и питательных веществ, задержка в развитии, дисфункции органов, врожденные патологии – все это последствия табачного дыма.

Отслойка плаценты и преждевременные роды – это также результат курения во время беременности на 33 неделе. Данное патологическое состояние несет серьезную угрозу жизни малыша и чревато сильной кровопотерей для матери.

**Курение в первый месяц беременности**

Первые месяцы после зачатия характеризуются наибольшей уязвимостью эмбриона, так как происходит зарождение всех основных систем будущего малыша.

Как правило, женщина узнает о беременности не ранее четырех-пяти недель. Организм ждет гормональная встряска, изменяются пристрастия в еде, наблюдается эмоциональная нестабильность и ряд физиологических перестроек (выделения из влагалища, набухание сосков, тошнота и т.п.). Некоторые женщины испытывают в этот период отвращение к дыму сигарет. Но бывает и так, что процессы перестройки никак не отражаются на желании сделать пару затяжек.

Очень опасным считается курение в первый месяц беременности из-за угрозы выкидыша. Эмбрион не получает достаточное количество кислорода, нарушается процесс физиологического формирования органов и систем. Пассивное вдыхание табачного дыма является не менее вредным, поэтому приучите ваших домочадцев выходить «дымить» на воздух.

**Курение на 5 месяце беременности**

К пятому месяцу внутриутробного развития у малыша уже хорошо развиты конечности, и он с удовольствием проверяет их в движении. Активность плода сменяется периодами затишья. Малыш способен кашлять и икать, что способны улавливать будущие мамы. Ребенок в утробе накапливает бурый жир, позволяющий сохранять температуру тела постоянной. Жировая прослойка под кожей обеспечивает малыша защитой от переохлаждения и веществами, участвующими в процессах жизнедеятельности. В коже образуются потовые железы.

Мамино курение на 5 месяце беременности способно произвести колоссальный сбой в тонких природных процессах. При недостаточном поступлении кислорода из-за действия никотиновых токсинов нарушаются естественный ритм развития.

В это время абсолютно нежелательными будут преждевременные роды, которые может спровоцировать активное злоупотребление табаком. Малыш в пять месяцев совершенно не готов к встрече с окружающим миром, а его шансы на выживание ничтожно малы.

**Курение на 6 месяце беременности**

Плод на шестом месяце развития имеет худенькое тело, лишенное жировых отложений, с развитыми конечностями. В коже начинают зарождаться потовые железы, глаза еще закрыты. Данный период характеризуется также образованием сосочков на языке, но различать вкусовые ноты малыш научиться по достижении двадцать восьмой недели.

Мудрой природой задумано последовательное формирование новой жизни с закладкой, развитием и можно сказать «дозреванием» органов. Каждый этап вынашивания является тончайшим физиологическим процессом, внести негативные изменения в который способно курение во время беременности. Внутренние системы малыша так легко уязвимы, а никотиновая отрава беспрепятственно проникает через плацентарный барьер.

У малыша уже развита мимика, и он негативно реагирует на материнское курение на 6 месяце беременности, что удалось запечатлеть врачам при УЗИ-сканировании. Некоторые младенцы корчат рожицы, гримасничают, даже затаивают дыхание от одной только маминой мысли о сигарете.

**Курение на 8 месяце беременности**

Систематическое курение на 8 месяце беременности увеличивает риск возможных осложнений данного периода – маточное кровотечение, предродовое состояние, выкидыш и т.п. Материнское пристрастие к сигаретам влияет на развитие малыша в ее лоне. Среди патологий у младенца выделяют – низкий вес, случаи спонтанной смертности в первые дни жизни после рождения.

Когда мама делает очередную затяжку малыш, находящийся в замкнутом и заполненном дымом пространстве, кашляет и давиться, его сердечко начинает биться чаще, а недостаток кислорода лишает его возможности полноценно доразвиться до момента рождения.

**Курение на 9 месяце беременности**

Последний месяц вынашивания – подготовительный, когда ребенок прибавляет около 250г в неделю и спускается ниже в полости таза. Появляются первые тренировочные схватки, непродолжительные и безболезненные. В этот период женщине становится легче дышать.

Курение на 9 месяце беременности характеризуется такими осложнениями:

* отслоением плаценты и сильным кровотечением, что является показанием для кесарева;
* возможное обострение гипертонии;
* поздний токсикоз;
* преждевременная родовая деятельность;
* увеличивается риск мертворожденного младенца.

**Курение на последнем месяце беременности**

Рост числа будущих матерей-курильщиц, как это ни печально, происходит во всех странах. Увеличение числа незамужних женщин, ухудшение социальных условий являются причинами злоупотребления сигаретами и алкогольными напитками. Причем будущих мам не останавливают предупреждения о возможном выкидыше или осложнения при вынашивании.

Курение на последнем месяце беременности нарушает периферическое кровоснабжение женщины, вызывающее в свою очередь гипоксию у младенца (недостаток кислорода). По этой причине может произойти недоразвитие плода, повышается риск рождения недоношенного малыша.

Канцерогены табачного дыма оказывают патологическое действие на психику будущего ребенка. Дело в том, что сигаретные токсины провоцируют недостаточное поступление крови в головной мозг эмбриона. Так появляются аномалии нервной системы и нарушения психики. Результаты некоторых исследований указывают связь курения во время беременности с синдромом Дауна у ребенка после рождения.

Пороки сердца, дефекты носоглотки, паховая грыжа, косоглазие – вот перечень распространенных проблем младенцев, чьи мамы увлекались курением в процессе вынашивания.

**Курение в первом триместре беременности**

Рентген-облучение, употребление алкогольных напитков, прием лекарственных препаратов и курение в первом триместре беременности наносят непоправимый вред малышу. Чтобы понять, с чем это связано, необходимо вспомнить этапы внутриутробного формирования ребенка.

В течение первого месяца начинается закладка сердца, легких, мозга и формирование пупочного канатика, через который происходит поступление питания и вывод продуктов жизнедеятельности. Второй месяц характеризуется образованием конечностей и ростом головного мозга. Развиваются желудок, печень, отмечается развитие остальных органов. На третьем месяце малыш начинает шевелиться, что совершенно не ощущается из-за малого веса (около 30г) и размера (приблизительно 9см). Данный этап – формирование половой системы.

Излишним будет напоминание о важности происходящих процессов, запрете на курение во время беременности, сбалансированной диете, выполнении всех предписаний врача и употреблении витаминов.

**Курение во втором триместре беременности**

Четвертый месяц вынашивания – период активного внутриутробного роста малыша. Канатик пупка увеличивается и утолщается для получения большего количества крови и питания. За период четвертого и пятого месяца появится прибавка в весе около двух килограмм. Будущая мама начнет ощущать первое шевеление в животе. На шестом месяце требуется еще большее количество питательных веществ, поэтому женщине следует сбалансировано и регулярно питаться.

Курение во втором триместре беременности, когда плацента полностью сформировалась и функционирует, провоцирует недостаточное поступление кислорода к ребенку. Это способствует развитию хронической либо острой гипоксии, нарушающей естественный рост и развитие малыша. Может возникнуть раннее созревание плаценты, изменению ее формы и истончение стенки. По данным причинам появляется угроза спонтанных родов и гибели младенца.

**Курение в третьем триместре беременности**

Курение во время беременности представляет риск, как для будущей мамы, так и для малыша. Выкуренная сигарета приводит к спазмированию сосудов в кровеносной системе плаценты, что вызывает кислородное голодание плода. Поэтому даже пассивное курение на последнем этапе развития малыша наносит ему непоправимый вред. Дети матерей-курильщиц подвержены ожирению, простудным заболеваниям, аллергическим реакциям, диабету.

Курение в третьем триместре беременности способно спровоцировать раннюю родовую деятельность в результате отслоения плаценты. Отторжение плаценты от стенок матки должно происходить только после родов, поэтому преждевременное отхождение плаценты является патологией, создающей угрозу жизни малыша. Такое состояние определяется кровотечением, ухудшающим состояние женщины.

Еще одной неприятностью у курящих мам на большом сроке является гестоз, который также вызывает ряд осложнений из-за изменений в сосудистой системе плаценты – нарушения эмбрионального развития, преждевременную родовую деятельность.

**Курение на поздних сроках беременности**

Врачи утверждают, что забыть о курении всегда лучше на любом сроке вынашивания, чем продолжать упорствовать в своем неблагоприятном пристрастии. Отказ от табака даже на последнем месяце способен снизить риск возможных осложнений у женщины и ее ребенка.

Чем чревато курение на поздних сроках беременности? Прежде всего, гипотрофией плода, которая проявляется несоответствием между характеристиками физического развития и сроком вынашивания. Спазмы сосудов, приводящие к снижению кровопритока в матку и ограничению питательных веществ, поступающих к малышу, служат причиной гипотрофии.

Попадание окиси углерода в материнский организм является фактором, вызывающим кислородное голодание у ребенка. Новорожденные с таким синдромом отстают в весе, с трудом его набирают и требуют интенсивной терапии и особого ухода.

Курение во время беременности, подходящей к ее завершению, вызывает задержку в формировании отдельных органов у малыша – печени, почек, мозга. У таких матерей повышается вероятность мертворожденных детей или случаи смертности на протяжении первых недель жизни. Медицинские работники знакомы с синдромом внезапной детской смерти, когда летальный исход наступает без видимых на то причин, часто во сне.

Наслаждение никотином перед близкими родами нередко провоцирует гестоз, развитие которого до эклампсии угрожает жизни матери и малыша. Гестоз характеризуется изменениями в сосудистой системе плаценты, что вызывает торможение развития плода, отслойку плаценты, провоцируя преждевременно родовую деятельность.

**Последствия курения во время беременности**

Предугадать все негативные явления от активного и пассивного курения во время вынашивания довольно сложно, так как некоторые из патологий у ребенка проявляются спустя годы.

Выкуривание четырех сигарет ежедневно – это уже серьезная угроза в виде преждевременной родовой деятельности. Курение во время беременности в разы повышает факторы риска перинатальной смертности.

У детей с увеличением интенсивности материнского курения наблюдается уменьшение длины тела, окружности головы и размера плечевого пояса. Последствия курения во время беременности распространяются на застойные процессы в физическом, интеллектуальном и эмоциональном развитии. Дети, мамы которых курили в положении, наиболее подвержены бронхитам и пневмониям.

Тяжелейшие аномалии у младенцев врожденного типа, развивающихся при курении матери, включают:

* дефекты в развитии нервной трубки (дизрафизм);
* порок сердца;
* нарушения при формировании носоглотки;
* паховую грыжу;
* косоглазие;
* аномалии в умственном развитии.

Злоупотребление табаком оказывает влияние на появление трисомии (болезнь Дауна).

**Беременность и курение: как бросить?**

Несовместимые понятия – беременность и курение. Как бросить пагубную привычку? Оказывается не так сложно. Если продержались первые двадцать четыре часа, значит – практически победили. Остается контролировать себя при встречах с друзьями, в моменты нервного напряжения, нахлынувшей скуки и т.п.

Дамам, для которых ежедневной нормой было более десяти сигарет ежедневно, расставаться с курением рекомендуют не резко. Беременность является стрессом для организма, а изменения в устоявшемся образе жизни, куда относят и курение, может добавить напряжение в физическое и эмоциональное состояние. Быстрый отказ от табака способен снизить сокращения сердца и активизировать сократительную способность мышц, что чревато самопроизвольным прерыванием беременности. Поэтому, если вы курильщица со стажем, растяните процесс «ухода» от сигарет во времени (ориентировочно недели на три). Ежедневно уменьшайте количество курева и выработайте привычку не докуривать сигарету до конца – утолили никотиновый голод парой затяжек и достаточно.

**Пассивное курение при беременности**

Токсины от сигарет попадают в организм человека через табачный дым. Сам курильщик впитывает не более 20% вредных веществ, остальное количество канцерогенов он выпускает в окружающий воздух, отравляя случайных прохожих. Достаточно одного часа пассивного курения, чтобы получить никотиновую дозу, провоцирующую болезни легких и сердечно-сосудистой системы, развивающую зарождение раковых тканей.

Фактором, влияющим на преждевременную родовую деятельность и недостаток кислорода у плода, является пассивное курение при беременности. Проникновение сигаретного дыма к плоду повышает риск развития пневмонии, бронхита, астмического состояния после рождения. Дети, чьи мамы при беременности невольно вдыхали табачный дым, чаще страдают аллергиями, имеют ослабленный иммунитет.

**Курение гашиша или марихуаны во время беременности**

Марихуана – курительная смесь из сушеного растения «Cannabis sativa» с основным химическим компонентом – дельта-9-гидроканнабинол, способствующим изменению сознания.

Гашиш – вещество, изготавливаемое путем прессования травы каннабиса, с основным ингредиентом – дельта-9-тетра-гидроканнабинол. По психоактивному действию гашиш считается более сильным средством, нежели марихуана.

Однако действие психотропных продуктов похожи: учащение сердечных сокращений, ослабевание тонуса и расширение бронхов, покраснение глаз. Наркотические вещества воздействуют на «центры удовольствия» в человеческом мозгу, приводя к временному ощущению эйфории. Расплата нагрянет в виде проблем с памятью, нарушения координации движений, токсического психоза и других изменений.

Курение гашиша во время беременности нередко провоцирует затяжные роды. Негативное влияние вещества на малыша касается замедленного роста и развития, снижения детородных функций во взрослой жизни, проблем с нервной системой и зрением.

Как показали исследования, дети матерей, предпочитавших курение марихуаны во время беременности, проявляют искаженные реакции при визуальных раздражителях, имеют увеличение тремора (активные движения конечностями в результате мышечных сокращений), являются крикунами. Все эти факты могут свидетельствовать о наличии проблем в нервной системе.

Последствия марихуаны для подрастающих детей и школьников указывали на:

* поведенческие нарушения;
* снижение языкового восприятия;
* сложности с концентрацией внимания;
* слабость памяти и трудности при решении задач визуального типа.

**Курение и алкоголь при беременности**

Курение и алкоголь при беременности представляют собой гремучую смесь, двойную угрозу жизни и здоровью ребенка.

Злоупотребление алкогольными напитками повышают вероятность наличия различного рода отклонений у малыша. Спирт, проникший к плоду, сохраняется в организме плода вдвое дольше, чем в крови матери. Даже умеренное потребление алкоголя при беременности не даст гарантии отсутствия психических, физических аномалий у новорожденного.

Курение во время беременности и употребление спиртного являются факторами самопроизвольного прерывания беременности, преждевременных родов и осложнений в процессе родовой деятельности.

Одновременное воздействие этанола, ацетальдегида и никотина на эмбрион, особенно на ранних сроках, способно нарушить синтез белков и привести к непоправимым изменениям в ДНК, вызывая патологии головного мозга.

Курение во время беременности – это осознанное насаждение своей воли формирующейся новой личности; то же самое, что предложить ребенку сигарету или стопку водки. Если вы до сих пор не понимаете, каково малышу внутри вас с дымом от табака, оглядитесь вокруг себя, найдите в ближайшем окружении человека, который не переносит сигаретный смог, и понаблюдайте за ним во время вашей затяжки. Вероятнее всего бедолага затаит на время дыхание, его лицо исказится в гримасе, он начнет махать руками возле своего носа, всячески выражая недовольство. Но у данного человека есть выбор – он может отойти от вас подальше, что не может сделать ваш будущий ребенок.