**ТРЕЗВОСТЬ РОДИТЕЛЕЙ - ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ.**

Быть хорошим родителем - это значит забыть о вредных

привычках, которые могут навредить вашему ребенку. Это

Означает, что вы несете полную ответственность за новую жизнь. Если вы беременны, и, тем не менее курите, употребляете алкоголь и наркотики - знайте, что вы причиняете вред вашему ребенку и должны бросить эти вредные привычки.

Все известные наркотики, включая коноплю, вызывают катастрофические последствия для плода. Клетки развивающегося зародыша не могут расти так, как им положено, если на них воздействует наркотик. Результат - врожденные дефекты, выкидыши, мертворождения, ненормальное функционирование плаценты, высокое давление, низкий вес при рождении, умственная отсталость у детей.

Если вы курите во время беременности, значит вы плохо представляете, какой именно вред причиняете своему ребенку. Во время курения беременной женщины ребенок тоже курит, даже больше, чем мама, потому что его тельце совсем крошечное и концентрация дыма и никотина, которые ему передаются, во много раз выше, чем в организме женщины. Каждый раз во время курения в крови матери сокращается количество питательных веществ и кислорода, необходимых для развития ребенка и увеличивается содержание угарного газа, усиливающего кислородное голодание плода, приводящее к его гипотрофии. Гипотрофия плода связана также с нарушением формирования и развития плаценты вследствие курения во время беременности. В результате дети рождаются с недобором веса и множеством медицинских проблем. Для них характерно замедленное развитие, умственная отсталость, проблемы в поведении, общении и обучении. Дети курильщиков в 3 раза чаще болеют простудными заболеваниями и более подвержены развитию хронических болезней. Они в 3 раза чаще других подвержены риску синдрома внезапной детской смертности. Курящие мамы имеют на 25 процентов больше шансов на преждевременные роды, выкидыши, мертворождение. У них возникают проблемы с родами: слабость родовой деятельности, преждевременная отслойка плаценты, а в послеродовом периоде - отсутствие или недостаток грудного молока.

Опасность для ребенка представляет и курение отца. Под влиянием табачного дыма нарушается генетический материал родителей, что задолго до зачатия становится причиной проблем у будущего ребенка. При курении отца очень часто жена и дети становятся пассивными курильщиками, вдыхая его дым. Учеными доказано, что у курящих родителей более чем в 90 процентах случаев дети также становятся курильщиками.

Алкоголь по разрушительному действию на плод приравнивается к оружию массового поражения. «Алкогольный синдром плода» характеризуется общим отставанием психического и физического развития, аномалиями лица, суставов и конечностей.

У подавляющего большинства пьющих родителей дети отличаются снижением интеллекта, проблемами с характером, низкой школьной успеваемостью, эмоциональной несдержанностью. При этом за врожденные проблемы в равной степени ответственны оба родителя.

В идеале желательно не принимать психоактивные вещества вообще. Если вы все же курите, употребляете алкоголь или наркотики, отказаться от этого необходимо до запланированной беременности. Если же прием этих веществ совпал с беременностью, то необходимо обеспечить трезвость как можно раньше. Современные методы лечения и психологической коррекции помогут вам. Получить консультацию о лечении алкогольной зависимости, курения, наркомании можно по телефонам:

приемное отделение (стационар) : 8 (4742) 78-13-69,

амбулаторное детско-подростковое отделение: 8 (4742) 43-22-17,

центр реабилитации: 8 (4742) 43 -22 – 13, 43 – 00 – 98,

амбулаторное реабилитационное отделение: 8 (4742) 34 – 85 - 86

Нарколог Овчинникова М.Н.