**«*Потребление табака составляет некрасивую и грязную привычку, так что трудно понять, как женщины вследствие глупой моды, все больше и больше предаются этому пороку, который наносит большой ущерб их потомству, здоровью, грации и красоте…»***

**Н. Фогель**, немецкий ученый, врач

**Женский организм** и, прежде всего, **детородная система гораздо серьёзнее, по сравнению с мужским**, страдает от табачных ядов из-за более нежной структуры клеток, которые самой природой предназначены для продолжения рода.

Хроническая табачная интоксикация приводит постепенно к спазму кровеносных сосудов, питающих половые железы, одновременно затрудняя выход токсических веществ из половых органов. Всё это, в конечном итоге, снижает половую активность и приводит к фригидности.

Женские половые гормоны обладают профилактическим механизмом действия и предупреждают преждевременное развитие атеросклероза и его осложнений, в частности инфаркта миокарда. У курящих женщин в связи с гормональной недостаточностью этот фактор не срабатывает. Вот почему среди них участились случаи ишемической болезни сердца. Исследователи показали, что концентрация никотина в слизистой оболочке матки в 10-20 раз превышает его концентрацию в крови. Поэтому у курящих женщин

чаще диагностируются воспалительные процессы детородных органов: злокачественные опухоли - причем во всё более молодом возрасте.

**Повышенной чувствительностью к никотину отличается щитовидная железа**. Вот почему у курильщиков со стажем, особенно у женщин, в 30% случаев отмечается увеличение щитовидной железы и появляется целый комплекс симптомов: потливость, сердцебиение, суетливость, дрожание пальцев рук.

Любая женщина, естественно, мечтает иметь физически и душевно здорового ребенка. Но мечта стать матерью таких детей может не осуществиться, если женщина в ответственные периоды для деторождения продолжает курить.

Основные показатели здоровья и долголетия ребенка закладываются задолго до его появления на свет и даже задолго до зачатия. Сама природа позаботилась о том, чтобы отравленные токсинами (в том числе и табачными) половые клетки не могут участвовать в продолжении рода. **У курящих женщин яйцеклетки теряют способность к оплодотворению.**

Российские гинекологи располагают данными, **что ранние выкидыши встречаются у курящих в 1,7 раз чаще, чем у некурящих.** Выкидыши часто случаются в первые дни и недели беременности под маской тех или иных отклонений в месячном цикле, чему современная женщина часто не придаёт значения.

С момента зачатия до родов количество клеток возрастает в два триллиона раз! Зародышу, а затем и плоду, требуется усиленный “подвоз” питательных средств из организма матери. Но одновременно с питательными веществами мать передает ребёнку продукты курения, причем в высоких концентрациях. **Содержание ядовитых компонентов в крови плода оказывается в два раза выше, чем у матери**. **Постепенно развивается хроническая табачная интоксикация. Одним из первых её последствий является кислородное голодание**. Это может привести к недоразвитию многих органов и тканей. И прежде всего страдает нервная система плода, что отрицательно сказывается на психике и интеллекте ребёнка. Табак же, грубо внедряясь в нежные структуры мозговой ткани, резко замедляет этот процесс умственного развития ребёнка. **Курение матери негативно сказывается на обменных процессах плода, замедляется формирование костей из-за снижения темпов отложения кальция, страдает синтез белков - основного строительного материала для всех органов и тканей, разрушается ряд витаминов, необходимых для оптимального развития плода**. В результате такого комплексного нарушения обменных процессов на свет рождаются дети с уменьшенными размерами головки, сердца, сниженными показателями роста и веса, велик риск развития мёртвого ребёнка.

**Риск преждевременных родов среди курящих на 30-50% чаще, чем у некурящих.** Немало недоношенных детей появляются на свет нежизнеспособными. В настоящее время далеко не все биологические процессы, протекающие в организме беременной и плода, детально изучены. Но то, что уже известно, позволяет сделать однозначный вывод о недопустимости употребления такого губительного для здоровья, а подчас и жизни, вещества, как табак.

Не может постоянное отравление организма табачными ядами положительно сказаться на внешности и здоровье человека, на его потомстве.

**Образ красивой, элегантной, преуспевающей женщины с чашкой кофе и сигаретой, созданный рекламой, не более чем миф!**

***Государственное учреждение здравоохранения***

***«Городская клиническая больница № 2 г. Тулы имени Е. Г. Лазарева»***

***ЖЕНЩИНА И СИГАРЕТА***

******

***Памятка будущим мамам***