

गर्भावस्था और सेकंडहैंड

धुआं/वेपर

सेकंडहैंड धुआं/वेपर के जोखिम

- समय से बहुत पहले बच्चे को जन्म दे देना जब बच्चा पूरी तरह से विकसित नहीं हुआ है
- यहां तक कि बच्चे के पूरे समय के बाद पैदा होने पर भी जन्म के समय कम वजन
- शिशु की मौत (गर्भपात से, मृत जन्म से, या सडन इंफैंट डेथ सिंड्रोम-सिड्स से)
- जन्म दोष (हृदय दोष, होंठ और मुंह के दोष)

घर में धूम्रपान/वेपिंग

कभी-कभी गर्भवती महिलाएं जो स्वयं धूम्रपान/वेपिंग नहीं करती, हो सकता है ऐसे किसी के साथ रहती हों जो करते हैं। गर्भावस्था एक अच्छा समय है यह संवाद शुरू करने के लिए कि कैसे घर और कार को धुआं/वेपर मुक्त बनाया जाए ताकि गर्भस्थ शिशु की सुरक्षा की जा सके और बच्चे को घर में लाने के लिए एक सुरक्षित वातावरण बनाया जा सके।

शिशु और मेरे लिए धुआं/वेपर मुक्त

- अपने पूरे घर और कार को धुआं/वेपर मुक्त बनाएं
- धूम्रपान/वेपिंग करने के दौरान लोगों से दूर रहें
- अपने परिवार या दोस्तों से धूम्रपान छोड़ने के बारे में बात करें
- उन घरों और गाड़ियों में जाने से बचें जिनमें लोगों ने धूम्रपान/वेप किया है