

## 妊婦さんと赤ちゃんをたばこの害から守ろう

### たばこは毒物

たばこの煙の中にはニコチンや一酸化炭素など有害な物質が数多く含まれており、妊婦さんや赤ちゃんに悪影響を与えます。

- ・赤ちゃんの発育が遅れ、早産や流産の原因になったり、出産時の異常が起こりやすくなります。また、赤ちゃんが低酸素状態となり、低出生体重児(2500g未満)で生まれる率が高くなります。

### 生まれてからもたばこを吸い続けると・・・

- ・呼吸器系の病気をおこしやすい(喘息・肺炎・気管支炎など)。
- ・「乳幼児突然死症候群」を引き起こす危険因子となる。
- ・母乳を飲んでいる乳児のニコチン中毒(眠れない・吐く・下痢等)が発生することがある。

### あなたも知らないうちに「喫煙者」

夫やまわりの家族がたばこを吸っていると、間接的に煙を吸うことで妊婦さんや赤ちゃんもたばこの害を受けることとなります(受動喫煙)。周囲の人も妊婦さんや赤ちゃんのそばで喫煙はしないようにしましょう。

参考:公益財団法人 母子衛生研究会  
「母子健康手帳 副読本」令和2年度版

令和2年7月山形市母子保健課作成