

Consumul de substanțe

Ce faceți astăzi vă poate afecta copilul pentru totdeauna



Droguri de stradă și medicamente

Orice vă amețește poate dăuna copilului. Nu consumați marihuana, crack, cocaină, heroină, ecstasy, meth și alte droguri de stradă. Consumul drogurilor de stradă sau consumul neadecvat al medicamentelor prescrise în timpul sarcinii crește riscul ca copilul dvs. să:

- Se nască prea mic, prematur sau mort.
- Se nască dependent de droguri.
- Aibă un defect din naștere, deformități, tulburări respiratorii sau alte probleme de sănătate.

Ce puteți face

1. Evitați consumul de droguri de stradă, consumul neadecvat de medicamente sau consumul medicamentelor prescrise pentru altcineva.
2. Luați medicamente după cum v-a prescris medicul dvs.
3. Vorbiți cu medicul dvs. sau cu consultantul în lactație înainte de a lua orice medicamente, ierburi, vitamine, suplimente sau uleiuri în timpul sarcinii. Unele medicamente și droguri ilegale pot migra în laptele de mamă.
4. Cereți ajutor. Sunați la 1-800-TEL-LINK.



Alcool

Alcoolul include bere, vin, băuturi din malț, lichior și cocktailuri. Consumul oricărei cantități de alcool în timpul sarcinii poate conduce la probleme pentru copil pe întreaga durată a vieții sale.

Ce puteți face

1. Luați o pauză de la alcool dacă sunteți însărcinată, ați putea fi însărcinată sau doriți să rămâneți însărcinată.
2. Vorbiți cu medicul dvs. sau cu consultantul în lactație dacă aveți întrebări despre consumul de alcool în timpul alăptării.

Tutun (Nicotină)

Țigările, juuling-ul, țigările electronice și alte produse de vaporizare conțin nicotină. Acestea sunt dăunătoare pentru dvs. și copilul dvs. Nicotina crește riscul ca copilul dvs. să:

- Se nască prea mic, prematur sau mort.
- Aibă probleme respiratorii sau de somn.
- Aibă probleme comportamentale mai târziu în viață.

Ce puteți face

1. Renunțați azi!
2. Cereți ajutor. Sunați la linia de renunțare Missouri Tobacco Quitline la 1-800-QUIT-NOW (1-800-784-8669) sau înregistrați-vă online la www.YouCanQuit.org.
3. Stați departe dvs. și copilul dvs. de fumatul pasiv.
4. Alăptarea! Laptele de mamă vă va proteja copilul de efectele dăunătoare ale fumatului pasiv.

Nimeni nu este mai important pentru copilul dvs. decât dvs.

Alegerile pe care le faceți azi vă pot proteja copilul de rău pe întreaga durată a vieții sale.



Departamentul de sănătate și servicii pentru persoanele în vârstă din Missouri
Servicii WIC și nutriție
1-800-392-8209 • wic.mo.gov

Un angajator care promovează egalitatea de șanse și acțiunea afirmativă: Servicii furnizate în mod nediscriminatoriu.
Persoanele care prezintă surditate, deficiențe de auz sau un defect de vorbire pot apela 711 sau 1-800-735-2966.

Această instituție este un furnizor care promovează egalitatea de șanse.

