

懷孕的媽媽請勿吸煙

在忙碌的工商社會，抽煙變成一項新潮的象徵。許多年輕男女也都開始手執一根煙，忘我地吞雲吐霧著。由於吸煙的普遍，許多婦女認為抽煙是很平常的事，而漠視了吸煙的許多壞處，如對心臟血管疾病、呼吸系統疾病、消化系統疾病的增加及影响外，吸煙尤其對孕婦及胎兒的影响更大！譬如會造成子宮出血、流產、早產、胎兒危殆、胎兒體重減輕、新生兒死亡率高現象。

媽媽抽煙 胎兒遭殃

胎兒的心臟血管也因孕婦吸煙而受到相當影响，胎兒出生後在發育過程中，容易發生心臟病及高血壓，而美國每年約有4600位嬰兒死亡是由於母親抽煙所造成。香煙中含有數千種毒素，其中較為人知的是尼古丁，它可經由胎盤到達胎兒，使胎盤血管收縮，減少對胎兒的血液供應，影响胎兒心律及血壓，減少氧氣供應，影响胎兒酸鹼平衡。如果胎兒對尼古丁成癮，出生後因尼古丁

突告斷絕，可能會引起許多危症。

新生兒體重 減輕400公克

孕婦吸煙可以使胎兒體重減輕，一般約較正常不吸煙的孕婦減輕400公克，這樣的嬰兒身心發育易受影响，甚至有智障、行為異常。另外，吸煙孕婦血液中的一氧化碳較高，它也可以通過胎盤影响氧氣供給，使胎兒發育生長延緩，甚至會引起一氧化碳中毒而胎死腹中。尼古丁可以引起胎盤及子宮壁血管收縮、血液循環減少，組織損傷，甚至胎盤早期剝離。此外，孕婦吸煙也可以引起懷孕期間子宮不正常出血、流產、早產、前置胎盤、早期破水、遺傳缺陷等現象。產後，乳汁中的尼古丁含量較高，維他命C含量低，如親自哺乳，嬰兒亦受影响。

爲了自己和寶寶 都應該戒煙

懷孕時吸煙對胎兒和嬰兒



健康寶寶人見人愛。(阿郎 攝)

日後發育及一般能力的影響如此之巨，孕婦實在應爲了下一代的健康與幸福著想，沒有吸煙者不要去嘗試，已經吸煙者應戒除。在過去認為只要每天吸煙量限於10支之下即可；但由於吸煙的壞處太大，現在皆認為應完全戒除才不會對胎兒造成影响。能在懷孕前3個月停止吸煙最好，許多孕婦有心戒煙，但就是缺乏決心及鼓勵，所以醫師有責任和義務來協助懷孕媽媽戒煙，以達到維護母親和胎兒健康的目的。 ■