

# FUMATUL ȘI CORONAVIRUSUL

## Sfaturi pentru părinți

#RenunțăȘiTreciUșorPrinCovid

### Q Fumatul în timpul sarcinii: cum îmi afectează copilul?

Fumatul activ sau pasiv în timpul sarcinii crește semnificativ riscul de a **pierde sarcina** sau de a **naște un copil mort, prematur sau cu probleme de sănătate**.

Renunțatul la fumat este metoda cea mai eficientă de a **proteja copilul** împotriva afecțiunilor cauzate de fumul de țigară.

### Q Fumatul îmi crește riscul de a dezvolta forme grave de Coronavirus?

Ca măsură de precauție, guvernul a inclus femeile însărcinate în categoria persoanelor cu risc de **afecțiuni grave** cauzate de Coronavirus.

Conform studiilor efectuate, fumătorii care contractează virusul sunt mai expuși riscului de a avea nevoie de **terapie intensivă** decât nefumătorii.

Fumatul afectează plămânii și slăbește sistemul imunitar. Prin urmare, sunteți mai expusă riscului de **complicații** dacă vă îmbolnăviți, iar **recuperarea va dura mai mult**.

### Q Moașa mea mă poate ajuta să renunț?

**Da.** Moașa dumneavoastră are datoria de a vă:

1. **Oferi informații** despre pericolele fumatului și avantajele renunțării la fumat pentru dumneavoastră și **copilul dumneavoastră**.
2. **Recomanda** către o unitate specializată în renunțarea la fumat. Cadrele din această unitate vă pot oferi **sprijin și recomandări** prin telefon/Skype/Facetime și dispun de posibilitatea de a vă trimite prin poștă **medicamente** și cupoane **pentru renunțarea la fumat**. De asemenea, vă pot oferi sfaturi despre **utilizarea țigării electronice** în vederea renunțării la fumat.

**[Acest aspect trebuie adaptat în funcție de serviciile existente în zona dumneavoastră]**

Accesați site-ul de mai jos pentru asistență și unități locale: [Se introduce aici adresa URL a unității locale]

### Q Ce pot face pentru a nu mai fuma în casă?

Puteți folosi **produse înlocuitoare de nicotină** (de exemplu, plasturi sau gumă de mestecat) sau **țigări electronice** pentru a vă proteja pe dumneavoastră și pe membrii familiei dumneavoastră de fumul de țigară dăunător.

Dacă doriți să fumați, stați la o distanță **de cel puțin 7 pași**, pentru a împiedica pătrunderea fumului în locuință.

smoking in pregnancy  
challenge group ●