

حمل دے دوران ویپنگ

ویپس کئے محفوظ نیس؟

کیہ میں سگریٹ نوشی چھڈن وچ مدد
لئی ویپ استعمال کر سکی آں؟

کیہ نکوٹین میرے بچے لئی
نقصان دہ اے؟

جے میں چھاتی دا دھد پیارئی آں تے
کیہ میں ویپنگ کر سکی آں؟

کیہ ای-سگریٹ دے سیکنڈ ہینڈ
بخارات (دوجیاں دے ای-سگریٹ
دے بخارات) نقصان دہ نیس؟

کیہ میں ویپنگ دے نال نال تھوڑی
جیہی سگریٹ نوشی جاری رکھ سکی
آں؟

ویپس کئے محفوظ نہیں؟

تہانوں صرف قانونی طور سے منظور شدہ ویپس استعمال کرنے چاہی دے



نیں جیہڑے کے قابل اعتبار ذریعے توں خریدے گئے ہوں۔ غیر قانونی ویپس وچ اکثر نکوٹین دی مقدار حد توں ودھ جاندی اے تے نالے ایناں وچ ممنوعہ اجزاء وی ہوسکدے نیں۔

- ویپس (ای-سگریٹس) صحت لئی تمنا کو والے سگریٹس نالوں بہت گھٹ نقصان دہ نیں
- جے ویپ استعمال کرنا (ویپنگ) تہانوں سگریٹ نوشی توں دور رکھن وچ مدد کردا اے، تے ایہ تہاڈے تے تہاڈے بچے لئی سگریٹ نوشی جاری رکھن نالوں بہت زیادہ محفوظ اے
- ویپس پچیاں نوں یا سگریٹ نوشی نہ کرن والیاں نوں استعمال نہیں کرنے چاہیدے

کیہ میں سگریٹ نوشی چھڈن وچ مدد لئی ویپ استعمال کر سکدی آں؟

- ہاں جی، ویپس تہانوں سگریٹ چھڈن وچ مدد کر سکدے نیں تے سگریٹ نوشی نالوں بہت زیادہ محفوظ نیں
- نکوٹین دے متبادل جیویں پیچڑے گم حمل دے دوران استعمال لئی لائسنس یافتہ نیں

کیہ میں ویپنگ دے نال نال تھوڑی جیہی سگریٹ نوشی جاری رکھ سکدی آں؟

- نہیں۔ ہر سگریٹ تہانوں تے تہاڈے بچے نوں نقصان پہنچاند اے
- حمل دے شروع وچ سگریٹ نوشی چھڈن نال تہاڈے بچے نوں نقصان پہنچن دا خطرہ بہت گھٹ جاندا اے
- ٹی سگریٹ نوشی توں بچن لئی جتنی واری چاہو ویپنگ کر سکدے او

کیہ ای-سگریٹ دے سیکنڈ ہینڈ بخارات (دو جیاں دے ای-سگریٹ دے بخارات) نقصان دہ نیں؟

- سیکنڈ ہینڈ تمنا کو دادھواں تہاڈے تے تہاڈے بچے لئی بہت نقصان دہ اے
- سیکنڈ ہینڈ ای-سگریٹ دادھواں تمنا کو دے دھوئیں نالوں گھٹ نقصان دہ اے، پر ایہ خطرے توں خالی نہیں۔ ٹی احتیاط لئی اپنے گھرتے کار وچ ویپنگ دی اجازت نہ دین تے غور کر سکدے او

کیہ نکوٹین میرے بچے لئی نقصان دہ اے؟

- پائیں نکوٹین عادی بنان والی اے، پر تمنا کو نوشی دا زیادہ تر نقصان تمنا کو دے دھوئیں وچ موجود ہور کیمیکلز توں ہندا اے۔ نکوٹین دیاں متبادل مصنوعات جیویں پیچڑے گم حمل دے دوران تمنا کو نوشی چھڈن لئی لائسنس یافتہ نیں

جے میں چھاتی دا دھدھ پیار لئی آں تے کیہ میں ویپنگ کر سکدی آں؟

- ہاں جی۔ جے ویپنگ تہانوں سگریٹ نوشی چھڈن تے ایس توں بچن وچ مدد کر لئی اے تے فیر تہانوں ایہ جاری رکھنی چاہی دی اے، اوس دوران وی جدوں تسی چھاتی دا دھدھ پیاریاں او۔ احتیاط لئی، ٹی بچے نوں دھدھ پیاں دے وقت براہ راست اوناں دے کول ویپنگ توں پرہیز کر سکدے اوتے اپنے گھرتے کار وچ ویپنگ دی اجازت نہ دین اے غور کر سکدے او

ویپنگ سگریٹ نوشی نالوں بہت گھٹ نقصان دہ اے

- سگریٹاں وچ نکوٹین عادی بنان والی اے، پر تمنا کو نوشی دا زیادہ تر نقصان تمنا کو دے دھوئیں وچ موجود ہر پیلے کیمیکلز توں ہندا اے
- ویپس ناریاں کاربن منکسائیڈ پیدا نہیں کردے، جیہڑا کہ نشوونما پان والے پچیاں لئی سگریٹ نوشی داسب توں زیادہ نقصان دہ حصہ اے

- گھٹ نقصان دہ ہون دے نال نال، ویپنگ سگریٹ نوشی نالوں بہت سستی وی ہوسکدی اے

سگریٹ نوشی چھڈن بارے ہور معلومات لئی اپنی مڈوائف، جی پی یاں فارمیسی ٹیم کولوں پچھو

یاں NHS Smokefree لہجو۔