

Țigările electronice în timpul sarcinii

Cât de sigure sunt țigările electronice?

Pot folosi o țigară electronică pentru a mă ajuta să renunț la fumat?

Este nicotina dăunătoare pentru bebelușul meu?

Pot folosi o țigară electronică dacă alăptez?

Pot continua să fumez puțin dacă folosesc și o țigară electronică?

Sunt dăunători vaporii provenind de la țigările electronice pentru femeile însărcinate?



Cât de sigure sunt țigările electronice?

- Țigările electronice sunt semnificativ mai puțin dăunătoare pentru sănătate decât țigările
- Dacă folosirea unei țigări electronice (vaping) vă ajută să nu inhalați fum, atunci aceasta este mai sigură pentru dvs. și bebelușul dvs., decât să continuați să fumați

Pot folosi o țigară electronică pentru a mă ajuta să renunț la fumat?

- Da, țigările electronice vă pot ajuta să vă lăsați de fumat și sunt mult mai puțin dăunătoare decât fumatul
- Cele mai sigure produse care pot fi folosite sunt înlocuitorii de nicotină, cum ar fi plasturii și guma de mestecat

Pot continua să fumez puțin dacă folosesc și o țigară electronică?

- NU - Fiecare țigară provoacă prejudicii atât pentru dvs., cât și pentru bebelușul dvs.
- Renunțarea la fumat la începutul sarcinii previne aproape complet prejudiciile provocate bebelușului dvs.
- Puteți folosi țigări electronice oricât de des aveți nevoie pentru a continua să nu inhalați fum

Sunt dăunători vaporii produși de țigara electronică?

- Nu există nicio dovadă privind efectul dăunător asupra celorlalți provocat de vaporii țigării electronice
- Fumul de țigară legat de fumatul pasiv este foarte dăunător pentru dvs. și bebelușul dvs.

Este nicotina dăunătoare pentru bebelușul meu?

- Nicotina, în sine, este relativ inofensivă; principalul prejudiciu provenind din fumat este legat de produsele chimice toxice din fumul de țigară

Pot folosi o țigară electronică dacă alăptez?

- Da. Dacă folosirea țigării electronice vă ajută să renunțați la fumat și să nu inhalați fum, ar trebui să continuați să o folosiți, inclusiv în perioada în care alăptați.

Păstrați întotdeauna țigările electronice și lichidul pentru țigara electronică în locuri care nu sunt la îndemâna copiilor pentru a evita otrăvirea accidentală. Folosiți întotdeauna încărcătorul corect.



Pentru mai multe informații privind renunțarea la fumat adresați-vă moașei dvs., medicului dvs. de familie sau echipei de la farmacie sau căutați NHS Smokefree.

Folosirea unei țigări electronice este mai sigură decât fumatul

- Nicotina din țigări cauzează dependență, dar aproape întregul prejudiciu legat de fumat provine din produsele chimice toxice din fumul de țigară
- Țigările electronice nu produc tar sau monoxid de carbon, substanțele asociate cu fumatul care produc efectul cel mai nociv pentru bebelușii în curs de dezvoltare
- În afară de a fi mai sigură, folosirea unei țigări electronice poate fi mult mai ieftină decât fumatul clasic

Informații suplimentare pot fi găsite pe website-ul [Smoking in Pregnancy](#)