



Wpływ palenia tytoniu na zdrowie reprodukcyjne

O tym, że palenie szkodzi zdrowiu wiedzą chyba wszyscy. Nałóg ten powoduje choroby serca i układu oddechowego - w tym raka płuc. Statystyki są nieubłagane: śmiertelność kobiet spowodowana rakiem płuc jest wyższa niż śmiertelność w następstwie raka piersi. Nie wszyscy wiedzą jednak, że palenie tytoniu wpływa również na zdrowie reprodukcyjne kobiet. Oto przykład - wśród palaczek częściej występuje rak szyjki macicy. U kobiet po 35. roku życia i stosujących antykoncepcję hormonalną (pigułki antykoncepcyjne) ryzyko wystąpienia działań niepożądanych tych środków jest znacznie wyższe. Kobiety palące, które chciałyby zajść w ciążę, mogą mieć trudności z poczęciem dziecka, zaś paląca tytoń kobieta ciężarna szkodzi zdrowiu swojemu i płodu.

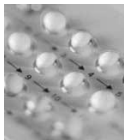
Rak szyjki macicy

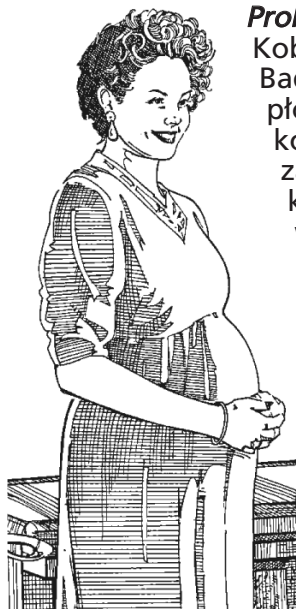
Szyjka macicy to ujście tego narządu do pochwy. U kobiet palących znacznie częściej dochodzi do rozwoju tego niebezpiecznego raka niż u kobiet niepalących. Przyczyna tej zależności nie jest znana, jednak wyniki niektórych eksperymentów wykazały obecność metabolitów nikotyny (substancji uzależniającej zawartej w tytoniu) w śluzie wydzielanym przez szyjkę macicy. A zatem szkodliwe substancje zawarte w dymie tytoniowym wraz z krwią docierają do komórek szyjki macicy.

Częstsze działania niepożądane pigułek antykoncepcyjnych

Wiele kobiet jest niesłusznie przekonanych, że stosowanie pigułek antykoncepcyjnych jest niebezpieczne dla zdrowia. Prawda jest taka, że palenie tytoniu jest o wiele bardziej niebezpieczne. Większość obecnie dostępnych pigułek zawiera dwa hormony - estrogen i progestagen. Pigułki są najskuteczniejszym środkiem antykoncepcyjnym (skuteczność ponad 99%) jeśli stosowane są zgodnie ze sposobem użycia. Stosowanie pigułek dwuskładnikowych daje kobiecie wiele korzyści zdrowotnych. Wykazano, że pigułka zapobiega rakowi jajnika i rakowi endometrium (śluzówki macicy). Pigułka również leczy zaburzenia cyklu i łagodzi bolesne skurcze miesięczkowe, a ponadto - zmniejszając intensywność krwawienia - zapobiega anemii spowodowanej utratą żelaza. Ponadto wykazano, że stosowanie pigułki zmniejsza prawdopodobieństwo rozwoju łagodnych guzków w piersiach.

U kobiet zażywających pigułki antykoncepcyjne na początku mogą występować działania niepożądane - tzw. krwawienia międzymiesiączkowe lub tzw. plamienia. Nie są one szkodliwe, lecz mogą być uciążliwe. Zaburzenia cyklu zwykle ustępują w ciągu trzech miesięcy od wdrożenia antykoncepcji hormonalnej. Natomiast u kobiet palących te działania niepożądane występują znacznie częściej niż u kobiet niepalących. Kobiety palące i po 35. roku życia nie powinny stosować dwuskładnikowych preparatów antykoncepcyjnych ze względu na dużo większe ryzyko wystąpienia epizodów choroby zakrzepowo-zatorowej, udaru i ataku serca. Kobiety te mogą stosować pigułkę jednoskładnikową (minipigułkę). Należy jednak podkreślić, że stosowanie tej pigułki nie daje tych korzyści zdrowotnych, jakie daje stosowanie pigułek dwuskładnikowych. A zatem jeżeli chcesz stosować pigułki dwuskładnikowe, powinnaś rzucić palenie.





Problemy z zajściem w ciążę

Kobiety palące papierosy mają większe problemy z zajściem w ciążę. Badania wykazały, że u kobiet palących 16 - 20 papierosów dziennie płodność w pierwszym roku starań o zajście w ciążę jest o 20% niższa niż u kobiet niepalących. Natomiast wśród kobiet, którym próby zajścia w ciążę zajęły dwa lub trzy lata, płodność jest jeszcze dwukrotnie niższa niż u kobiet niepalących. A zatem jeśli chcesz zwiększyć swoje szanse na zajście w ciążę, powinnaś rzucić palenie.

Ciąża pozamaciczna

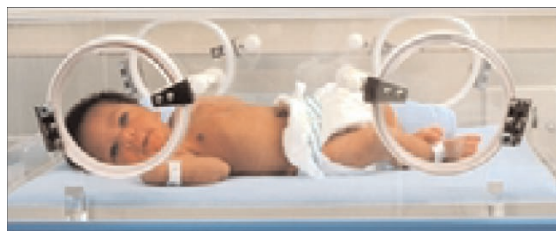
Ciąża pozamaciczna (ektopowej) występuje wtedy, gdy zarodek zagnieździ się (implantuje) poza macicą. Jak wykazały badania prowadzone na całym świecie, u kobiet palących ryzyko ciąży pozamacicznej jest 2 - 4-krotnie wyższe niż u kobiet niepalących. Jest ono tym wyższe, im dłużej kobieta pali i od ilości wypalanych papierosów. Ciąża pozamaciczna może zagrażać życiu i wymaga specjalnej opieki medycznej lub operacji.

Palenie szkodzi płodowi i noworodkowi

Kobiety palące w ciąży trują płód, ponieważ zawarte w dymie trucizny dostają się do krwiobiegu i dostają się do organizmu nienarodzonego dziecka. U kobiet tych częściej dochodzi do samoistnych poronień i częściej rodzą one dzieci martwe. Palenie szkodzi dziecku również po porodzie, ponieważ odychając powietrzem zatrutym dymem tytoniowym staje się ono biernym palaczem. Dzieci palaczek częściej cierpią na infekcje układu oddechowego, nieżyt dróg oddechowych, zapalenie płuc i zapalenia oszku.

Niska waga urodzeniowa

Dzieci matek palących mają niższą wagę urodzeniową od dzieci kobiet niepalących. Niższa waga urodzeniowa wiąże się ze zwiększonym ryzykiem powikłań poporodowych. Ponadto palenie tytoniu zwiększa również ryzyko porodu przedwczesnego. Warto przestrzec również że ryzyko śmierci tuż po porodzie dziecka kobiety palącej jest o 25% wyższe niż śmierci noworodka kobiety niepalącej.



Syndrom nagłej śmierci niemowląt

Zaobserwowano, że wśród niemowląt kobiet palących ryzyko śmierci w wyniku syndromu nagłej śmierci noworodków jest 3-krotnie wyższe. Syndrom ten objawia się nagłą i niespodziewaną śmiercią dziecka bez żadnych zwiastunów czy choroby. Przyczyną jest najprawdopodobniej zatrzymanie akcji oddechowej niewydolnego układu oddechowego. Istnieją uzasadnione podstawy by przypuszczać, że do śmierci niemowląt w niektórych przypadkach może przyczynić się palenie tytoniu przez kobietę podczas ciąży.

PODSUMOWANIE

Kobiety palące tytoń **MUSZĄ** zerwać z tym nałogiem, jeśli zależy im na zdrowiu własnym i ich dzieci.

Chroń siebie i swoje dziecko – rzuć palenie. Poproś lekarza o pomoc w zerwaniu z tym nałogiem. Istnieje wiele programów samopomocy, przydatnej literatury i środków farmakologicznych. Omów z lekarzem możliwości zastosowania takich środków i metod, które zwiększą Twoje szanse w walce z nałogiem, który szkodzi nie tylko Tobie.

Przydatne adresy- Towarzystwo Rozwoju Rodziny

Zarząd Główny Towarzystwa Rozwoju Rodziny
Poradnia Młodzieżowa i Rodzinna
00-331 Warszawa, ul. Sewerynow 4
tel./fax (22) 828 61 91, tel. (22) 828 61 92
e-mail: zgtrrw@free.ngo.pl

Ogólnopolska Lekarska Przychodnia Specjalistyczna
00-449 Warszawa, Plac Trzech Krzyży 16
tel.(22) 621 69 29, fax (22) 621 91 93

Lekarska Przychodnia Specjalistyczna
Poradnia dla Młodzieży i Rodziców
30-091 Kraków, ul. Bronowicka 73
tel. (12) 423 74 23

Lekarska Przychodnia Specjalistyczna
85-092 Bydgoszcz, ul.Karłowicza 26
tel. (52) 341 17 91

Lekarska Przychodnia Specjalistyczna
20-818 Lublin, Al. Kraśnicka 100
tel. (81) 741 43 30

Poradnia Przedmałżeńska i Rodzinna TRR
45-064 Opole, ul.Damrota 6
tel./fax (77) 454 48 45, e-mail: trops@free.ngo.pl

Poradnia, Ośrodek Interwencji Kryzysowej TRR
50-015 Wrocław, ul. Stawowa 1a
tel./fax (71) 342 14 13

Poradnia Młodzieżowa TRR
65-001 Zielona Góra, ul.Bohaterów Westerplatte 27
tel. (68) 325 37 87

Punkt Poradnictwa TRR
76-200 Słupsk, ul. Sienkiewicza 16
tel. (59) 840 07 70

Poradnia Młodzieżowa TRR
61-737 Poznań, ul. 27 Grudnia 19
tel. (61) 852 85 58