

Подростки и табак

Что могут сделать родители подростков?

Найти время ...

... побеседовать с сыном или дочерью,
выслушать их,
... объяснить им опасность употребления
табака – даже если Вы сами курите.

Усилить воспитательный эффект ...

... через похвалу за правильное поведение,
... через поддержку и поощрение.

Если Ваш ребенок курит ...

-не позволяйте ему курить дома, также и в
Вашем присутствии,
-поощряйте его в желании бросить курить,
-обратитесь за помощью в органы охраны
здоровья и превентивные центры.

Это важно знать

Курильщиков среди подростков не так много. В среднем лишь каждый пятый подросток курит в возрасте от 15 до 19 лет.

Табак очень быстро приводит к зависимости.

Табак наносит вред здоровью вне зависимости от формы употребления: сигареты, кальян, снюс и т.п.

Родители являются примером для детей и в подростковом возрасте, также и в проблеме курения.




femmesTISCHE
Frauen sprechen über Gesundheit,
Erziehung und Prävention


EWS GFD Expertengruppe Weiterbildung Sucht
Groupe d'experts Formation Dépendances

Ce projet est soutenu financièrement par le Fonds national de prévention du tabagisme.
Das Projekt wird durch den Tabakpräventionsfonds finanziell unterstützt.

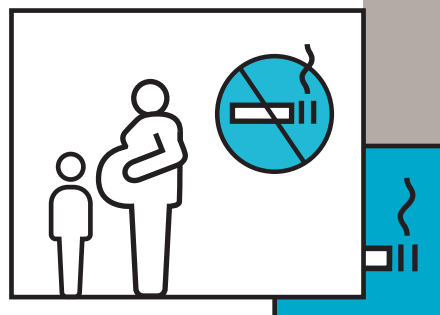
Защита детей от табачного дыма

Что могут сделать родители?

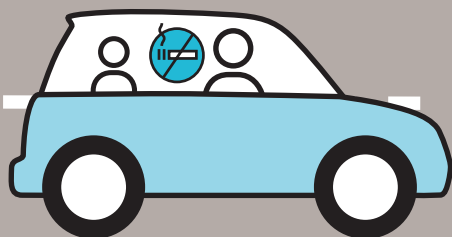
Не курить во время беременности



Не курить в присутствии детей



Как родителям, так и их гостям курить на улице при закрытых дверях и окнах



Не курить в автомобиле

Это важно знать

Во время беременности:

Табачный дым может привести к выкидышу и увеличивает риск преждевременных родов. Табачный дым негативно влияет на развитие ребенка.

Вдыхание табачного дыма маленькими детьми:

- приводит к частому плачу ребенка из-за колик (болей в животе) и увеличивает вероятность наступления внезапной смерти младенца,
- способствует возникновению раздражения слизистой оболочки глаз, носа, гортани и слуховых проходов, приводит к насморку, кашлю и вызывает такие заболевания, как воспаление среднего уха и астма.

Табачный дым оказывает на здоровье детей особо вредное воздействие, поскольку их органы еще находятся в процессе роста – в первую очередь страдают их легкие.



femmesTISCHE
Parlons ensemble de santé,
d'éducation et d'intégration



Expertengruppe Weiterbildung Sucht
Groupe d'experts Formation Dépendances

Ce projet est soutenu financièrement par le Fonds national de prévention du tabagisme.
Das Projekt wird durch den Tabakpräventionsfonds finanziell unterstützt.