



پروژه Niitty 2018-2020

[/https://projects.tuni.fi/niitty/](https://projects.tuni.fi/niitty/)

[/www.facebook.com/niittyhanke/](http://www.facebook.com/niittyhanke/)

مدیر پروژه Irmeli Nieminen: ایمیل: irmeli.nieminen@tuni.fi
 متخصص Anna Aikasalo: ایمیل: anna.aikasalo@tuni.fi
 متخصص Jasmin Kaljadin: ایمیل: jasmin.kaljadin@tampere.fi

منابع و اطلاعات بیشتر:

موسسه سلامت و رفاه فنلاند (THL). 2013. Äitiysneuvolaopas. Äitiysneuvolatoimintaan. Suosituksia. 29 Opas.

عکس‌ها: www.pixabay.com

Niitty - تدوین مدل آموزش خانوادگی گروهی ویژه
 مهاجرین

مواد مستی آور در دوران بارداری و شیردهی

Päihteet raskaus- ja imetysaikana



سیگار و قلیان

- استعمال سیگار یا قلیان در دوران بارداری و شیردهی توصیه نمی‌شود.
- هر زمان زنی باردار، کودک یا بچه در اتاق حضور دارند، هیچکس نباید در فضای داخل سیگار یا قلیان بکشد.
- بیرون رفتن دود سیگار و قلیان از فضای داخل زمان خواهد برد و سمی است.
- همچنین ترکیبات گیاهی مورد استفاده در قلیان‌ها برای سلامتی مضر هستند.
- حشیش تأثیر مضر در رشد جنین دارد.



الکل و سایر مواد مستی‌آور

- مصرف تمامی نوشیدنی‌های الکلی در دوران بارداری برای جنین مضر است.
- الکل می‌تواند باعث وارد آمدن آسیبی دائمی به جنین شود.
- در دوران بارداری باید از مصرف هرگونه ماده مست‌کننده یا مسکن خودداری کرد زیرا بر رشد و سلامت جنین تأثیر می‌گذارد.



در صورت مصرف هر نوع ماده‌ای که ترک آن برایتان دشوار است، لطفاً حتماً با کلینیک زایمان خود تماس بگیرید.

کارکنان کلینیک زایمان می‌توانند خدمات حمایتی و درمانی مورد نیاز را که باعث سلامت کودک می‌شود و به رشد نرمال او در رحم‌تان کمک می‌کند به شما ارائه دهند.

