

اعتیاد والدین از لحظه تشکیل نطفه تا بزرگسالی و حتی پی‌پی‌سی چه سیگار و تنباکو و توتون باشد چه

تریاک هروئین و کراک و میتواند زندگی فرزند را تباه کند.

اثرات سوء مصرف مواد در بارداری :

شما زنی هستید که در آینده ای نزدیک مادر می شوید . شاید این مادر شدن تجربه اول یا چندم شما باشد . اما بدانید که سلامتی تمام زندگی کودکی که امروز در بطن شما است از همین دوران ریشه میگیرد . هرگونه رفتاری که دوران بارداری داشته باشید خواه در مورد بهداشت شخصی شما باشد یا تغذیه تان یا آرامش روحی روانی شما و یا مصرف داروهای مختلف و همگی بر سلامت جنین اثر دارد . مسلماً برای مادر سلامت نوزادش مهمترین آرزو و هدف زندگی می باشد . اما آیا می دانید که انجام بعضی رفتارهای نامناسب در دوران بارداری می تواند **سلامتی یک عمر نوزاد** را از بین ببرد.

مصرف مواد مختلف اعتیاد آور توسط خود مادر و حتی توسط اطرافیان از جمله پدر می تواند اثرات بدی بر سلامتی کودک داشته باشد.

با توجه به خطرات ناشی از مصرف مواد در دوران حاملگی هر زنی که تصمیم به بارداری می گیرد باید جهت قطع این مواد تشویق شود . مصرف مواد و داروها در دوران حاملگی به لحاظ ایجاد عوارض ساخ تاری و همینطور عوارض ترک پس از زایمان باید مورد توجه خاص قرار بگیرد . از آنجاییکه مصرف مواد و داروهای قانونی و غیر قانونی در این دوران حیاتی به سبب آسیب های آتی آن بسیار مهم می باشد ، آشنایی با این عوارض می تواند کمکی در جهت کمتر شدن مصرف باشد .

مواد قانونی :

کافئین:

موجب به تاخیر انداختن لقاح، کاهش وزن نوزاد در زمان تولد و افزایش ضربان قلب می شود و در حین بارداری باید خیلی کم مصرف شود . داروهایی که بدون نیاز به نسخه مصرف میشوند (مانند ضد درد های خفیف) باید در حداقل میزان مصرف شوند .

نیکوتین :

زنان حامله سیگاری باید بدانند هر سیگاری که مصرف می کنند بر روی سلامتی فرزندشان تاثیر میگذارد . منو اکسید کربن باعث کاهش اکسیژن رسانی به جنین شده و خطر تولد نوزاد کم وزن را افزایش می

دهدهمچنین خطر مرگ ناگهانی نوزاد (حداقل ۴/۴ برابر) ، سقط خود به خود ، نارسایی جفت ، جفت سرراهی و خونریزی داخل رحمی در مادرانی که مصرف سیگار دارند بیشتر است . در این نوزادان خطر کم شدن IQ به میزان ۴ تا ۸ امتیاز نیز وجود دارد . خطر بروز بیماری کم توجهی - پر تحرکی با مصرف سیگار بالا می رود

داروهای آرامبخش - خواب آور :

مصرف داروهای این دسته چون دیازپام، اکسازپام، لورازپام منجر به بروز عوارضی چون شکاف کام . شکاف لب می شود چنانچه در سه ماهه سوم استفاده شوند ، منجر به نارسایی تنفسی و ضعف بی حالی در نوزاد خواهند شد. مصرف گاه گاهی در سه ماهه دوم و سوم برای دوره های اضطراب یا سایر موارد لازم تحت نظارت پزشک مشکل ساز نخواهد بود .

مواد غیر قانونی:

مواد غیر قانونی بر سلامت مادر و جنین اثرات هولناکی خواهد داشت . بسیاری از زنانی که این مواد را مصرف می کنند دچار قطع قاعدگی شده و بنابراین تشخیص حاملگی و م راقبتهای دوران بارداری به تاخیر خواهد خواه افتاد.

الکل:

مصرف الکل بر روی جنین عوارض متعددی ، از رشد داخل رحمی به تاخیر افتاده تا سندروم کامل جنین الکلی خواهد داشت . در این سندروم رشد کودک دچار تاخیر رشد شده عوارض قلبی عروقی و ضایعات صورتی جمجمه ای گریبان گیر نوزاد خواهد شد . مشکلات هوشی ، عوارض مغزی ، کوچکی سر از جمله عوارض مصرف الکل در دوران بارداری می باشد . مصرف الکل منجر به سقط های مکرر نیز می شود .

مواد افیونی (اپیوئیدها):

مواد افیونی به راحتی از سد جفتی می گذر ن و موجب بروز وابستگی در نوزادمیشو ن. اگر مادر دچار علائم ترک شود در بهترین حالت مادر باید ۲ ماه آخر بارداری را پاک باشد ، ندر بچه علائم ترک مشاهده نشود . در مواردی که هرویین مصرف میشود برنامه نگهدارنده متادون بسیار کم خطرتر می باشد. شدت علائم ترک در نوزاد بستگی به میزان ماده مصرفی در مادر و مدت زمان مصرف او دارد . نوزادی که از مادر وابسته به دنیا می آید به عوارض زیر مبتلا خواهد بود :

لرزش، گریه های بلند، کاهش خواب و اشتها، خمیازه، عرق کردن و عوارض پوستی. امکان بروز سقط یا زایمان زود رس و خطر مرگ ناگهانی نوزاد نیز بالا می رود.

آمفنامین ها و کوکائین :

مصرف کوکائین و مواد محرک موجب مرگ و میر حوالی زایمان می شود. بدلیل اختلال در جریان خون جفت و کمتر رسیدن غذا و اکسیژن به جنین وزن نوزاد کم شده فشارخون و ضربان قلب جنین بالا خواهد رفت. تولد نوزاد نارس، سقط خودبخود، جفت سرراهی و کنده شدن جفت از عوارض مصرف کوکائین می باشد. بدلیل بروز مرگ ناگهانی نوزاد که در روز سوم تولد به حداکثر می رسد، قطع سریع کوکائین توصیه می شود.

توصیه های بهداشتی:

به عنوان یک مادر که در برابر سلامت فرزندتان مسئول هستید باید:

- ۱- در دوران بارداری از مصرف هر گونه دارو بدون دستور پزشک پرهیز کنید.
 - ۲- مصرف هرگونه مواد مخدر در هر زمان خطرناک است از آن دوری کنید.
 - ۳- مصرف قلیان و سیگار تاثیرات بدی بر جنین شما دارد پس از استعمال آن جدا بپرهیزید.
 - ۴- اگر در خانواده شما فرد سیگاری یا معتاد وجود دارد، حتما او را به ترک کردن تشویق کنید و سعی کنید در فضای بسته ای که در آن سیگار یا مواد مخدر مصرف شده است قرار نگیرید چون تنفس دود سیگار و مواد مخدر برای شما و جنین شما خطرناک است.
 - ۵- مواد مخدر چاره مشکلات و دردهای شما نیست، برای مقابله با دردها و مشکلات می توانید از کارکنان بهداشتی کمک و مشاوره بگیرید
- سوءمصرف مواد در بارداری - آقای دکتر احسان تقیان