



التدخين والحمل

إذا كنت بحاجة إلى مساعدة في العثور على مقدم لخدمات الأسنان أو لديك أسئلة حول مزايا الأسنان الخاصة بك، تفضل بزيارة **DentaQuest.com** أو الاتصال بالرقم 1-855-388-6257، TTY/TDD 711.

التدخين دائماً ضار بصحتك، ولكن التدخين أثناء الحمل، يُضِر أيضاً بصحة طفلك. ارتبط التدخين أثناء الحمل بالعديد من المشاكل الصحية، بما في ذلك¹:

- انخفاض الوزن عند الولادة
- الولادة المبكرة
- بعض العيوب الخلقية
- فقدان الحمل

كما ارتبط التدخين أيضاً بأمراض اللثة. تشير الأبحاث إلى أن المرأة الحامل التي تعاني من أمراض اللثة معرضة لخطر الولادة المبكرة جداً أو ولادة طفل صغير الحجم للغاية. بسبب التغيرات الهرمونية أثناء الحمل، يزيد خطر إصابة النساء الحوامل للإصابة بأمراض اللثة بشكل كبير بالفعل. لذا، إذا كنت تدخنين وأنت حامل، فإن خطر الإصابة بأمراض اللثة يكون أكبر.^{2,3}

الإقلاع عن التدخين، حتى لو كنت حاملاً بالفعل، يمكن أن يساعدك في تجنب المشاكل الصحية الناجمة عن التدخين. ويمكن أن يحدث أيضاً فرقاً كبيراً بالنسبة لك ولطفلك. تحدثي مع طبيبك حول كيفية الإقلاع عن التدخين ومنح طفلك بداية صحية في الحياة.

يتم توفير مزايا طب الأسنان من خلال **California Dental Network**. تمارس أعمالها **California Dental Network** تحت اسم **DentaQuest**. يُشار إلى **California Dental Network** في كل أجزاء هذا المستند باسم **DentaQuest**.

¹ "Smoking and pregnancy: Understand the risks." 19 مارس 2015. <http://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/pregnancy-week-by-week/indepth/smoking-and-pregnancy/art-20047021>
تم الاطلاع عليه في 26 يوليو 2017

² "Periodontal (Gum) Disease: Causes, Symptoms, and Treatments." المعهد الوطني لأبحاث طب الأسنان والوجه والفكين. مطبوعة المعهد الوطني للصحة رقم 13-1142. سبتمبر 2013

³ "A Review of the Evidence and Implications for Clinical Practice." مجلة صحة الأسنان 2008. https://www.adha.org/resources-docs/7838_Periodontal_Diseases_and_Adverse_Pregnancy_Outcomes.pdf
تم الاطلاع عليه في 26 يوليو 2017

Language Assistance

English: ATTENTION: If you need help in your language, call 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 or 711). Aids and services for people with disabilities, like documents in braille and large print, are also available. Call 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 or 711). These services are free of charge.

Arabic:

تنبيه: إذا كنت تحتاج إلى المساعدة بلغتك، اتصل على الرقم 1-855-388-6257 (للهاتف النصي: 1-800-466-7566 أو 711). وتتوفر أيضًا مساعدات وخدمات لذوي الإعاقات، مثل توفير الوثائق بلغة برايل وبخط كبير. اتصل على الرقم 1-855-388-6257 (للهاتف النصي: 1-800-466-7566 أو 711). وهذه الخدمات مجانية.

Armenian: ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ: Եթե Ձեր լեզվով օգնության կարիք ունեք, զանգահարեք 1-855-388-6257 (TTY՝ 1-800-466-7566 կամ 711) հեռախոսահամարով: Հասանելի են նաև օգնություն և ծառայություններ հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար, օրինակ՝ բրայլյան գրերով և խոշոր տառերով փաստաթղթերը: Չանգահարեք 1-855-388-6257 (TTY՝ 1-800-466-7566 կամ 711) հեռախոսահամարով: Այս ծառայություններն անվճար են:

Cambodian: សូមប្រុងប្រយ័ត្ន៖ ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការជំនួយជាភាសារបស់អ្នក សូមហៅមកលេខ 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 ឬ 711)។ ជំនួយ និងសេវាកម្មផ្សេងៗសម្រាប់ជនមានពិការភាព ដូចជាឯកសារជាអក្សរស្នាប និងការបោះពុម្ពជាអក្សរធំក៏មានផងដែរ។ សូមហៅមកលេខ 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 ឬ 711)។ សេវាកម្មទាំងនេះគឺឥតគិតថ្លៃទេ។

Chinese: 注意: 如果您需要使用您的语言获得帮助, 请拨打 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 或 711)。我们还提供为残障人士准备的辅助工具和服务, 例如盲文文件和大字版文件。请拨打 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 或 711)。这些服务是免费的。

Farsi توجه: اگر به زبان مادری خود به راهنمایی احتیاج دارید, با شماره 1-855-388-6257 تماس بگیرید (کاربران TTY با شماره 1-800-466-7566 یا 711 تماس بگیرند). برای افراد دچار ناتوانی, کمک و خدماتی مثل اسناد در قالب خط بریل و چاپ با حروف درشت نیز امکان پذیر است. با شماره 1-855-388-6257 تماس بگیرید (کاربران TTY با شماره 1-800-466-7566 یا 711 تماس بگیرند). این خدمات رایگان هستند.

Korean: 주의: 귀하의 언어로 도움이 필요하면 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 또는 711)로 전화하십시오. 장애인을 위한 보조 기구 및 서비스 (예: 점자 및 큰 글씨로 된 문서) 주의: 귀하의 언어로 도움이 필요하면 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 또는 711)로 전화하십시오. 장애인을 위한 보조 기구 및 서비스 (예: 점자 및 큰 글씨로 된 문서)도 이용할 수 있습니다. 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 또는 711)로 전화하십시오. 이러한 서비스는 무료입니다. 도 이용할 수 있습니다. 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 또는 711)로 전화하십시오. 이러한 서비스는 무료입니다.

Russian: ВНИМАНИЕ! Если Вам нужна помощь на Вашем языке, позвоните по телефону 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 или 711). Также доступны средства и услуги для людей с ограниченными возможностями, например, документы, напечатанные шрифтом Брайля или крупным шрифтом. Позвоните по телефону 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 или 711). Эти услуги предоставляются бесплатно.

Spanish: ATENCIÓN: Si necesita ayuda en su idioma, llame al 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 o 711). También hay disponibilidad de ayudas y servicios para personas con discapacidades, como documentos en braille y en letra grande. Llame al 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 o 711). Estos servicios son gratuitos.

Tagalog: PAUNAWA: Kung kailangan mo ng tulong sa iyong wika, tumawag sa 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 o 711). Mayroon ding mga tulong at serbisyo para sa mga taong may mga kapansanan, tulad ng mga dokumento sa braille at malaking print. Tumawag sa 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 o 711). Libre ang mga serbisyonang ito.

Vietnamese: LƯU Ý: Nếu cần giúp đỡ bằng ngôn ngữ của quý vị, xin gọi số 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 hoặc 711). Chúng tôi cũng có các dịch vụ và hỗ trợ người khuyết tật, như các tài liệu bằng chữ Braille và in cỡ lớn. Gọi số 1-855-388-6257 (TTY: 1-800-466-7566 hoặc 711). Các dịch vụ này miễn phí.