

ԾԽԵԼԸ ԵՒ ՀՂԻՈՒԹՅՈՒՆԸ



Ծխելը միշտ վնասակար է Ձեր առողջության համար, բայց եթե ծխում եք հղիության ընթացքում, դա նաև վնասակար է Ձեր երեխայի առողջության համար: Հղիության ընթացքում ծխելը կապված է բազմաթիվ առողջական խնդիրների հետ, այդ թվում¹:

- Ծննդաբերության ցածր քաշ
- Վաղաժամ ծննդաբերություն
- Ծննդյան որոշակի արատներ
- Հղիության կորուստ

Ծխելը նաև կապված է լնդերի հիվանդության հետ: Հետազոտությունները ցույց են տալիս, որ լնդերի հիվանդություն ունեցող հղի կինը ավելի մեծ ռիսկ ունի վաղաժամ կամ չափազանց փոքր երեխա ունենալու: Հղիության ընթացքում հորմոնալ փոփոխությունների պատճառով, հղի կանայք արդեն իսկ ավելի մեծ ռիսկի են ենթարկվում լնդերի հիվանդություն ունենալու համար: Այսպիսով, եթե Դուք ծխում եք և հղի եք, լնդերի հիվանդության առաջացման ռիսկն ավելի մեծ է:^{2,3}

Ծխելը թողնելը, նույնիսկ եթե արդեն հղի եք, կարող է օգնել Ձեզ խուսափել ծխելու հետևանքով առաջացած առողջական խնդիրներից: Դա կարող է նաև մեծ տարբերություն ստեղծել Ձեզ և Ձեր երեխայի համար: Խոսեք Ձեր բժշկի հետ այն մասին, թե ինչպես կարող եք թողնել ծխելը և Ձեր երեխային առողջ կյանքի մեկնարկ պարզապես:

Եթե Ձեզ օգնություն է անհրաժեշտ ատամնաբուժական մատակարար գտնելու հարցում կամ հարցեր ունեք Ձեր ատամնաբուժական ծառայությունների վերաբերյալ, այցելեք **DentaQuest.com** կամ զանգահարեք **1-855-388-6257, TTY/TDD 711** հեռախոսահամարներով:



Ատամնաբուժական ծառայությունները տրամադրվում են Կալիֆորնիայի ատամնաբուժական ցանցի կողմից: Կալիֆորնիայի ատամնաբուժական ցանցը գործում է որպես DentaQuest: Այս փաստաթղթում Կալիֆորնիայի ատամնաբուժական ցանցը նշվում է որպես DentaQuest:

¹ «Ծխելը և հղիությունը. Ռիսկերը հասկանալով»: Mayoclinic.org: 19 մարտի, 2015թ.
<http://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/pregnancy-week-by-week/indepth/smoking-and-pregnancy/art-20047021>: Վերցված է 2017 թ. հուլիսի 26-ին

² «Պարոդոնտալ (լնդային) հիվանդություն. Պատճառներ, ախտանշաններ և բուժումներ»: Ստոմատոլոգիական և զանգուղեղային հետազոտությունների ազգային ինստիտուտ: NIH հրատարակություն № 13-1142: Սեպտեմբեր, 2013թ.

³ Heather Jared, BSDH, MS and Kim A. Boggess, MD, "Periodontal Diseases and Adverse Pregnancy Outcomes: A Review of the Evidence and Implications for Clinical Practice." 2008 Journal of Dental Hygiene.
https://www.adha.org/resources-docs/7838_Periodontal_Diseases_and_Adverse_Pregnancy_Outcomes.pdf: Վերցված է 2017 թ. հուլիսի 26-ին

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.