



سیگار کشیدن و بارداری



اگر در یافتن ارائه دهنده خدمات دندانپزشکی به کمک نیاز دارید یا در مورد مزایای دندانپزشکی خود سوالی دارید، به **DentaQuest.com** مراجعه کنید یا با شماره **1-833-479-1984**، **TTY/TDD 711** تماس بگیرید.

سیگار کشیدن همیشه برای سلامتی شما مضر است، اما اگر در دوران بارداری سیگار بکشید، برای سلامت کودک شما نیز مضر است. سیگار کشیدن در دوران بارداری با بسیاری از مشکلات سلامتی مرتبط است، از جمله¹:

- وزن کم هنگام تولد
- زایمان زودرس
- برخی نقص‌های مادرزادی
- مرگ جنین

سیگار کشیدن با بیماری لثه نیز مرتبط است. تحقیقات نشان می‌دهد که زن باردار مبتلا به بیماری لثه، خطر بیشتری برای به دنیا آوردن نوزاد خیلی زودرس یا خیلی کوچک دارد. به دلیل تغییرات هورمونی در دوران بارداری، زنان باردار از قبل در معرض خطر ابتلا به بیماری لثه قرار دارند. بنابراین اگر سیگار می‌کشید و باردار هستید، خطر ابتلا به بیماری لثه در شما حتی بیشتر است.^{3,2}

ترک سیگار، حتی اگر باردار هستید، می‌تواند به شما در جلوگیری از مشکلات سلامتی ناشی از سیگار کشیدن کمک کند. همچنین می‌تواند برای شما و فرزندتان تفاوت بزرگی ایجاد کند. با پزشک خود در مورد چگونگی ترک سیگار و فراهم کردن یک شروع سالم برای زندگی فرزندتان صحبت کنید.



مزایای دندانپزشکی توسط **California Dental Network** ارائه می‌شود. **California Dental Network** تحت نام تجاری **DentaQuest** فعالیت می‌کند. در سراسر این سند، از شبکه دندانپزشکی کالیفرنیا، **California Dental Network**، تحت عنوان **DentaQuest** یاد می‌شود.

¹ «سیگار کشیدن و بارداری: خطرات را درک کنید.» 19 Mayoclinic.org مارس 2015. <http://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/pregnancy-week-by-week/indepth/smoking-and-pregnancy/art-20047021> دسترسی در 26 جولای 2017

² «بیماری پریودنتال (لثه): علل، علائم و درمان‌ها.» موسسه ملی تحقیقات دندانپزشکی و جرمه و صورت NIH Publication No. 13-1142 سپتامبر 2013

³ هدر جارد، BSDH، MS و کیم ای. بوگس، MD، «بیماری‌های پریودنتال و پیامدهای نامطلوب بارداری: مروری بر شواهد و پیامدهای آن برای عملکرد بالینی.» مجله بهداشت دندان، سال 2008. https://www.adha.org/resources-docs/7838_Periodontal_Diseases_and_Adverse_Pregnancy_Outcomes.pdf دسترسی در 26 جولای 2017

Language Assistance

English: ATTENTION: If you need help in your language, call 1-833-479-1984 (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 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 or 711). These services are free of charge.

Arabic:

تنبيه: إذا كنت تحتاج إلى المساعدة بلغتك، اتصل على الرقم 1-833-479-1984 (للهاتف النصي: 1-800-466-7566 أو 711). وتتوفر أيضًا مساعدات وخدمات لذوي الإعاقات، مثل توفير الوثائق بلغة برايل وبخط كبير. اتصل على الرقم 1-833-479-1984 (للهاتف النصي: 1-800-466-7566 أو 711). وهذه الخدمات مجانية.

Chinese: 注意：如果您需要使用您的语言获得帮助，请拨打 1-833-479-1984（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 1-833-479-1984（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 1-833-479-1984 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 1-833-479-1984 تماس بگیرید (کاربران TTY با شماره 1-800-466-7566 یا 711 تماس بگیرند). این خدمات رایگان هستند.

Hmong: UA TWB ZOO NYEEM: Yog koj xav tau kev pab ua koj hom lus, hu rau 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 los sis 711). Tsis tas li ntawd, tseem muaj cov kev pab thiab kev pab cuam rau cov neeg xiam oob qhab, xws li ua tus ntawv sur au neeg dig muag thiab luam ua ntawv loj. Hu rau 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 los sis 711). Cov kev pab cuam no yog pab dawb xwb.

Russian: ВНИМАНИЕ! Если Вам нужна помощь на Вашем языке, позвоните по телефону 1-833-479-1984 (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 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 или 711). Эти услуги предоставляются бесплатно.

Spanish: ATENCIÓN: Si necesita ayuda en su idioma, llame al 1-833-479-1984 (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 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 o 711). Estos servicios son gratuitos.

Vietnamese: LƯU Ý: Nếu cần giúp đỡ bằng ngôn ngữ của quý vị, xin gọi số 1-833-479-1984 (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 1-833-479-1984 (TTY: 1-800-466-7566 hoặc 711). Các dịch vụ này miễn phí.