

عندما تدخن يدخن أطفالك معك



الدخان الثانوي أو *Second Hand Smoke* هو مزيج من الدخان الناجم عن احتراق سيجارة أو سيجار أو غليون مع الدخان الذي يخرج من صدر المدخن مع الزفير. التعرض للدخان الثانوي أيضا يعرف بالتدخين اللاإرادي أو التدخين السلبي.

يكون الأطفال الذين يستنشقون الدخان الثانوي أكثر عرضة من غيرهم للإصابة بأمراض الرئة كالتهاب القصبات و ذات الرئة. و يعانون أيضا من التهابات الأذن أكثر من غيرهم. كما يصاب أولئك الأطفال بنوبات الربو التي قد تكون شديدة في بعض الأحيان.

يسبب الدخان الثانوي عند الأطفال صحي الجسم الإصابة بالربو كل عام. وهو المسئول الرئيس عن آلاف الحالات من أمراض الرئة الحادة التي تستدعي المعالجة في المستشفى عند حديثي الولادة و الرضع.

كيف يمكنك أن تحمي أطفالك من الدخان الثانوي؟

- لا تدخن في المنزل و لا تسمح لضيوفك أو أقاربك بالتدخين في منزلك.
- لا تدخن عندما يكون أطفالك حولك خصوصا الأطفال الرضع, فهم الأكثر حساسية للدخان الثانوي.
- لا تسمح لمربية طفلك أو الأشخاص العاملين في منزلك بالتدخين داخل المنزل أو بالقرب من أطفالك.
- لا تدخن في سيارتك عندما يكون أطفالك معك.