



نييتو (Niitty) - نموذج التدريب العائلي الموجه من
خلال دعم الأقران للمهاجرين

المسكرات والمخدرات أثناء فترة الحمل والرضاعة

Päihteet raskaus- ja imetysaikana



التبغ & النرجيلة (الشيشة)

- لا يوصى أثناء فترة الحمل أو الرضاعة بتدخين التبغ أو النرجيلة (الشيشة).
- لا يجوز لأي أحد أن يدخن السجائر أو النرجيلة (الشيشة) في الأماكن الداخلية، التي تسكن فيها امرأة حامل أو طفل رضيع أو أطفال صغار.
- دخان السجائر أو النرجيلة (الشيشة) يخرج من هواء الغرفة ببطء وهو سام.
- كما أن مخالفات أعشاب النرجيلة (الشيشة) تُعتبر ضارة بالصحة.
- القنب (الحشيش) يؤثر بشكل ضار على تطور الجنين.



المشروبات الكحولية والمواد المسكرة/المخدرة الأخرى



- جميع المشروبات التي تحتوي على الكحول تُعتبر ضارة بالجنين طوال فترة الحمل.
- من الممكن أن يمرض الجنين بشكل دائم بسبب الكحول.
- لا يجوز استخدام أي مواد مسكرة أو مُخدرة أثناء فترة الحمل، لأنها تؤثر على تطور الجنين وعلى صحته.

إذا كنت تستعملين مادة إيقاف استعمالها يتسبب بمشاكل، فتواصللي بشجاعة مع استشارات الأمومة والطفولة.

يُمكّن استشارات الأمومة والطفولة توجيهك للحصول على الدعم والعلاج، بحيث يكون وضع الطفل الرضيع أفضل ويتطور بشكل طبيعي في رحمك.



مشروع - نييتو (Niitty) 2018 - 2020
[/https://projects.tuni.fi/niitty/](https://projects.tuni.fi/niitty/)
[/www.facebook.com/niittyhanke/](http://www.facebook.com/niittyhanke/)

رئيسة المشروع إرميلي نيمينن (Irmeli Nieminen).
البريد الإلكتروني: irmeli.nieminen@tuni.fi
الخبيرة آنا أيكاسالو (Anna Aikasalo).
البريد الإلكتروني: anna.aikasalo@tuni.fi
الخبيرة ياسمين كالجادين (Jasmin Kaljadin).
البريد الإلكتروني: jasmin.kaljadin@tampere.fi

المصادر ومعلومات إضافية:
مؤسسة الصحة والرفاهية (THL) 2013
دليل استشارات الأمومة للنساء الحوامل. التوصيات بشأن فعالية استشارات الأمومة للنساء الحوامل. دليل 29.
الصور: www.pixabay.com



ASYLUM, MIGRATION
AND INTEGRATION FUND

Supported by the European Union



CITY OF TAMPERE