

## গর্ভবতী অবস্থায় ধূমপান আপনার কী ক্ষতি করতে পারে?

যদি আপনি গর্ভবতী অবস্থায় ধূমপান করেন, তাহলে নিম্নলিখিত জটিলতাগুলি বেড়ে যাওয়ার ঝুঁকি থাকে :

- মৃত সন্তানের জন্মদান (গর্ভেই সন্তানের মৃত্যু হয়)
- সদ্যোজাতের মৃত্যু (জন্মের পরেই শিশুর মৃত্যু হয়)
- যথাসময়ের পূর্বে প্রসব (শিশুর জন্ম বেশি তাড়াতাড়ি হয়)
- জন্মের সময় শিশুর ওজন কম হয় (খুব ছোট আকারের শিশু)
- ঠোঁটের মধ্যে ফাঁক থাকে (ঠোঁট এবং অথবা ঢাকরার মধ্যে ব্যবধান)
- গর্ভপাত (প্রথম 20 সপ্তাহের মধ্যেই শিশুর মৃত্যু হয়)

## আপনি ধূমপান ছেড়ে দিলে কী হয়?

- সুস্থ শিশুর জন্ম দেওয়ার সম্ভাবনা বাড়ে
- গর্ভপাতের সম্ভাবনা কমে যায়
- আকস্মিক শিশু মৃত্যু সিনড্রোম [Sudden Infant Death Syndrome (SIDS)]-এ শিশুর মৃত্যুর সম্ভাবনা কমে

আপনার ধূমপান আপনার শিশুর স্বাস্থ্যের ক্ষতি করে।

ধূমপান কীভাবে আপনার এবং আপনার শিশুর স্বাস্থ্যের ক্ষতি করতে পারে সে সম্পর্কে আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সঙ্গে কথা বলুন।



**ধূমপান ছেড়ে দেওয়ার সাহায্যকারী ব্যবস্থা :**

নিউ ইয়র্ক স্টেট-এর ধূমপায়ীদের কুইটলাইন

[New York State Smokers' Quitline]

☎ 1-866-NY QUIT

☎ 1-866 697-8487

**স্থানীয় সুযোগসুবিধা**

কুইনস্ হসপিটাল সেন্টার

[Queens Hospital Center]

☎ 718-883-4209

এলমহাস্ট হসপিটাল সেন্টার

[Elmhurst Hospital Center]

