

द्वैतीयक धुआँ क्या है?

द्वैतीयक धुआँ निम्नलिखित का संयोजन है:

- धूम्रपान करने वालों के फेफड़े से निकला धुआँ
- सिगरेट, सिगार या पाइप के सुलगते सिरे से निकला धुआँ

द्वैतीयक धुआँ हवा में मौजूद रहता है, भले ही आप इसे न देख पाएं।

धूम्रपान आपके बच्चों के स्वास्थ्य को कैसे प्रभावित करता है?

द्वैतीयक धुएँ के संपर्क में आए बच्चों को निम्नलिखित समस्याएं हो सकती हैं:

- खांसी या ब्रोंकाइटिस
- दमा के दौरे
- फ्लू (इंफ्लुएंजा)
- कान के संक्रमण
- न्यूमोनिया
- ठंड या ऊपरी श्वसनतंत्र के संक्रमण

जब आप धूम्रपान छोड़ते हैं तो क्या होता है?

- आपका बच्चा बेहतर तरीके से सांस लेगा
- कान के संक्रमण कम होंगे
- श्वसनतंत्र की चिरकालिक समस्याएं कम होंगी
- डाक्टर के पास कम जाना होगा
- आपके पास अपने बच्चे के क्रियाकलापों में खर्च करने के लिए अधिक धन और ऊर्जा होगी!

धूम्रपान ने आपको और आपके बच्चे के स्वास्थ्य को किस तरह प्रभावित किया होगा, इस बारे में अपने स्वास्थ्य परिचर्या प्रदाता से बात करें।

धूम्रपान समाप्ति संसाधन:



QUEENS QUILTS!

न्यू यार्क राज्य धूम्रपानकर्ताओं की क्विटलाइन
[New York State Smokers' Quitline]

☎ 1-866-NY QUILTS

☎ 1-866 697-8487

स्थानीय संसाधन

क्वींस अस्पताल केंद्र

[Queens Hospital Center]

☎ 718-883-4209

एल्महर्स्ट एल्महर्स्ट दसन्ट

[Elmhurst Hospital Center]

☎ 718-334-2550