# Τσιγάρο

* Eπιπτώσεις του στο έμβρυο

Ότι το κάπνισμα επιβαρύνει την υγεία και μπορεί να γίνει αιτία για ανεπανόρθωτα προβλήματα το γνωρίζετε καλά. Αυτό που ίσως δεν γνωρίζετε είναι το πώς ακριβώς μπορεί να βλάψει το έμβρυο που κυοφορείται από μία καπνίστρια. Συγκεντρώνουμε στοιχεία από έρευνες και τις απόψεις των ειδικών και σας δίνουμε τον σπουδαιότερο λόγο για να σταματήσετε το κάπνισμα τώρα: Την υγεία του παιδιού σας!

Η μεγαλύτερη έρευνα που έγινε ποτέ για τις επιπτώσεις του καπνίσματος στο έμβρυο είναι αυτή του [University College London (2011)](http://healthland.time.com/2011/07/12/why-its-bad-to-smoke-while-pregnant/), η οποία βασίστηκε σε μελέτες των τελευταίων 50 ετών και κατέληξε σε συγκεκριμένα, σαφή στοιχεία για το πόσο βλαβερό μπορεί να είναι το κάπνισμα. Συγκεκριμένα:

***Ανωμαλίες στο στόμα και το πρόσωπο*:** Το κάπνισμα σχετίζεται άμεσα με ανωμαλίες στο στόμα και το πρόσωπο του εμβρύου, οι οποίες μπορεί να εμφανιστούν και από την Τρίτη εβδομάδα της εγκυμοσύνης (με τη μορφή π.χ. του λαγώχειλου). Τα «καλά» νέα είναι ότι οι ανωμαλίες αυτές μπορούν να διορθωθούν με πλαστικές επεμβάσεις.  
Συγγενής καρδιοπάθεια: Το πρόβλημα αυτό, όμως, δεν διορθώνεται εύκολα. Οι ερευνητές επιβεβαιώνουν πλέον ότι τα παιδιά των καπνιστριών μπορεί να εμφανίσουν συγγενείς καρδιοπάθειες, εξαιτίας των οποίων θα χρειαστεί να περάσουν πολλές ώρες σε χειρουργεία με κίνδυνο να μην γίνουν ποτέ εντελώς καλά.

***Λοιπές δυσμορφίες*:** Ανάμεσα στα 12 εκατομμύρια περιστατικά που έλαβαν υπ'όψιν οι ερευνητές, διέκριναν σχεδόν 174.000 δυσμορφίες σε έμβρυα καπνιστριών, οι οποίες φαίνεται πως οφείλονται στα χημικά του τσιγάρου (νικοτίνη, μονοξείδιο του άνθρακα και πίσσα). Οι δυσμορφίες αυτές έχουν να κάνουν με παραμορφώσεις στα άκρα, αλλά και γαστρεντερικές και οφθαλμικές ανωμαλίες.

***Κίνδυνος θνησιγένειας*:** Σύμφωνα με τα συμπεράσματα της έρευνας, το κάπνισμα, τόσο το ενεργητικό όσο και το παθητικό, μπορεί ακόμα να ευθύνεται για περιστατικά θνησιγένειας (όταν το μωρό πεθαίνει στη μήτρα κατά την διάρκεια του τοκετού).

Αυτή, όμως, δεν είναι η μοναδική έρευνα που καταλήγει σε ολέθριες επιπτώσεις του καπνίσματος για το έμβρυο. Ολλανδική έρευνα που δημοσιεύτηκε το 2007 δείχνει ότι τα παιδιά των καπνιστριών μπορεί να εμφανίσουν κίνδυνο για έμφραγμα ή εγκεφαλικό, ως ενήλικες, ενώ σημαντικό ποσοστό εμφάνισε καιστένωση καρωτίδων. Επίσης, το κάπνισμα στην εγκυμοσύνη μπορεί να συμβάλει στη γέννηση λιποβαρών μωρών και στην επιβράδυνση της ενδομήτριας ανάπτυξης του εμβρύου, η οποία μπορεί να συνεχιστεί και αργότερα στη ζωή του παιδιού. Ο λόγος είναι ότι η νικοτίνη και το μονοξείδιο του άνθρακα που εισπνέουν οι καπνίστριες φτάνει στο μωρό δια μέσω του πλακούντα και εμποδίζει τις θρεπτικές ουσίες να φτάσουν στο έμβρυο, περιορίζοντας και το οξυγόνο που παίρνει αυτό.

Σε άρθρο του, ο [μαιευτήρας – χειρουργός γυναικολόγος κ. Ευάγγελος Γκικόντες](http://www.iatronet.gr/author/9/gkikontes-efaggelos.html) γράφει ότι «τα παιδιά των καπνιστριών έχουν προδιάθεση για αναπνευστικά προβλήματα, καθώς ως μωρά έχουν μικρούς πνεύμονες και αεροφόρους οδούς που μπορεί εύκολα να γεμίσουν από αέρα που περιέχει καπνό».

***Τι απαντά ο ειδικός***

Τι γίνεται, όμως, στην περίπτωση που η έγκυος δυσκολεύεται να διακόψει το κάπνισμα; «Το πρώτα πράγμα που κάνω, όταν μία έγκυος μου λέει ότι καπνίζει, είναι να την ενημερώσω για τις παρενέργειες που μπορεί να έχει η συνήθεια αυτή στο έμβρυο», λέει ο κ. Γκικόντες και κάνει λόγο για χαμηλό βάρος στη γέννηση, χαμηλό ανοσολογικό, κακή θρέψη από τον πλακούντα, ακόμα και αποβολή, ειδικά στις αρχές της εγκυμοσύνης.

Κι αν η έγκυος μπορέσει να αρκεστεί σε 1 με 2 τσιγάρα την ημέρα; «Ένα και δύο τσιγάρα ίσον κανένα», λέει ο γυναικολόγος, εξηγώντας ότι «η ευχαρίστηση που δίνουν ένα ή δύο τσιγάρα είναι ελάχιστη, οπότε ποιος ο λόγος να καπνίζει; Άλλωστε, από τα δύο δεν είναι δύσκολο να πάει μία γυναίκα στα τρία και στα τέσσερα. Είναι, λοιπόν, προτιμότερο να διακόψει το κάπνισμα εγκαίρως και αν το επιθυμεί, ας το συνεχίσει αφού γεννήσει».

Στο ερώτημα κατά πόσο μπορεί να έχει προβλήματα το μωρό μιας γυναίκας που κάπνιζε για πολλά χρόνια, αλλά το έκοψε πριν μείνει έγκυος και κατά την εγκυμοσύνη, ο κ. Γκικόντες απαντά ότι δεν έχει βρεθεί κάποια σχετική παρενέργεια.

***Εγκυμοσύνη και κάνναβη***

Ένα θέμα ταμπού, για το οποίο σπάνια γίνεται λόγος, είναι οι επιπτώσεις που μπορεί να έχει το κάπνισμα κάνναβης κατά την εγκυμοσύνη. Δεν είναι λίγες οι γυναίκες, σε παγκόσμιο επίπεδο, που υποστηρίζουν ότι η κάνναβη τις βοηθά να ανακουφιστούν από το στρες και τις ναυτίες, ενώ στη Τζαμάικα, για τους ίδιους λόγους, έγκυοι χρησιμοποιούν τακτικά τη μαριχουάνα, ακόμα και σε μορφή αφεψήματος.

Οι επιπτώσεις της πρακτικής αυτής μελετήθηκαν κατά τη δεκαετία του 1960 και δημοσιεύτηκαν στο βιβλίο Women and Cannabis: Medicine, Science and Sociology. Σύμφωνα με αυτό, η μαριχουάνα δεν φάνηκε να έχει δημιουργήσει προβλήματα στα παιδιά που γεννήθηκαν από μητέρες-χρήστριες –αντίθετα, τα παιδιά αυτά δείχνουν αξιοσημείωτες επιδόσεις συγκριτικά με παιδιά που γεννήθηκαν από μητέρες που δεν χρησιμοποίησαν ποτέ μαριχουάνα.

Τα συμπεράσματα αυτά έρχονται σε αντίθεση με άλλες μελέτες που έχουν δείξει τις βλαβερές επιπτώσεις της μαριχουάνας στον τοκετό αλλά και στην ανάπτυξη του εμβρύου. Οι έρευνες αυτές, ωστόσο, πραγματοποιήθηκαν σε εγκύους που έκαναν χρήση και άλλων εθιστικών ουσιών, όπως αλκοόλ, τσιγάρο και ηρωίνη.