



CLEAN AIR FOR YOU & THE KIDS  
ЧИСТ ВОЗДУХ ЗА ВАС И ЗА ДЕЦАТА

Болницата Royal Children's Hospital ја поддржува околината без чад од цигари за децата. Околината во која нема чад од цигари е подобра за здравјето на децата.

Се надеваме дека посетата на вашето дете во болницата Royal Children's Hospital може да биде можност за вас и за вашето семејство да се погрижите во вашата куќа и кола отсега да нема чад од цигари.

Во зградите и во околината на болницата Royal Children's Hospital сега веќе нема чад од цигари. Овој памфлет дава информации за правилникот на болницата во врска со пушењето, за тоа на кои места можете да појдете ако сакате да пушите цигари, и кои служби ви стојат на располагање ако сте заинтересирани да дознаете повеќе за прекинувањето со пушењето.

Знаеме дека во времето кога вашето дете е во болница сте многу напнати и вознемирени, и сфаќаме дека многу луѓе пушат во таквите мигови. Повеќето возрасни лица што пушат се зависни од никотинот, а исто така знаеме и дека не сте тука по ваш избор!

Од тие причини, наместо сосем да го забраниме пушењето во околината на болницата (во зградата не е дозволено пушење), болницата определи три места каде што е дозволено пушење.

Ако одлучите да пушите додека вашето дете е во болницата Royal Children's Hospital, ве молиме да пушите само на означените места надвор од болницата. Тие места се настрана од отворите низ кои во болницата влегува свеж воздух. Опасноста од пушењето на други места е во тоа што воздухот исполнет со чад ќе биде внесен во болницата каде што може да влијае на здравјето на нашите најболни деца на одделот за интензивна нега и на други оддели.

Овој памфлет содржи карти на кои се покажани назначените места за пушење. Сите што пушат надвор од тие места ќе бидат замолени да ја изгаснат цигарата или да се тргнат.

Добро е познато дека чадот од цигари од околината, чадот од цигарите на други луѓе, е поврзан со болести кај децата.

Во крвта, мочката и плунката дури и на најмладите деца постојано се среќаваат производи од цигарите на родителите.

Кај децата, изложеноста на чадот од цигарите на други луѓе се поврзува со:

Проблеми во градите, како што се:

- Астма
- Воспаление на бронхиолите
- Воспаление на белите дробови
- Croup
- Инфекции на увото
- Воспаление на крајниците
- Синдром на ненадејна смрт на новороденчиња
- Тешки бактериски инфекции

Кај децата што живеат во домаќинства каде што некој од родителите пуши има поголема веројатност да бидат примени во болница со некоја од овие здравствени состојби.

Повеќето родители што пушат велат дека би сакале никогаш да не почнале да пушат. Кај децата што пораснале покрај некој од родителите што пушел има поголема веројатност и самите да станат пушачи. Па затоа, родителите што престануваат да пушат ја прават вистинската работа за своето сопствено здравје и, што е многу важно, го подобруваат идното здравје на своите деца. Родителите им даваат најдобар и најсилен пример на децата; дури и ако можете да му речете на вашето дете да не пуши, постои поголема веројатност дека тоа ќе го имитира она што вие го правите, а не она што го зборувате.

Кои служби им стојат на располагање на луѓето што сакаат да престанат да пушат? Три од секои четири возрасни лица што пушат би сакале да престанат кога би можеле, а повеќе од половина од другите размислуваат за тоа. Можеби можете да ја искористите вашата посета во болницата за да ги спроведете мислите во дело! Ве поттикнуваме да разговарате со лекарот или со медицинската сестра на вашето дете за тоа што можете да сторите за да престанете да пушите.

Исто така ви ја препорачуваме следната служба

The Quitline: 131 848

Тоа е служба за информирање и советување по телефон што ја пружа QUIT, Викторија. Ќе разговарате со обучен персонал кој може да ви даде информации и разновидни бесплатни услуги. Повикот се наплаќа по цена на локален телефонски повик.

Вашиот семеен лекар е стручен за да им помага на луѓето да престанат да пушат. Разговарајте со него за разните можности што ви стојат на располагање, во кои спаѓаат лекови како што е Zyban, и замени за никотинот (на пример, фластери што се лепат на телото и мастики), како и друга поддршка.

Изработено од:



Во соработка со:



