



ЧИСТ ВАЗДУХ ЗА ВАС И ВАШУ ДЕЦУ

Дечја болница (Royal Children's Hospital) се залаже за непушачку средину за децу. Непушачке средине су боље за дечје здравље.

Ми се надамо да посета вашег детета Дечјој болници може уједно бити и прилика која ће вас подстакнути да се потрудите да постигнете да и ваша кућа и аутомобил постану непушачке средине.

Зграде и терен на ком се налази Дечја болница су сада непушачка зона. Овај памфлет пружа информације о болничким усвојеним правилима о пушењу, где можете отићи ако хоћете да пушите цигарете и које су вам службе на располагању ако сте заинтересовани да сазнате више о престајању пушења.

Познато нам је да је велики стрес ако је дете у болници и такође знамо да се у стресним ситуацијама многи људи окрећу пушењу. Већина одраслих особа које пуше су зависне од никотина и ми исто тако знамо да се ви нисте овде нашли по сопственом избору!

Из тих разлога, уместо да уведемо принудну забрану пушења на целокупном терену болнице (пушење није дозвољено унутар зграде), болница је одредила три локације на којима је пушење дозвољено.

Ако сте одлучили да пушите док вам је дете у Дечјој болници, ми вас замољавамо да пушите само на тим одређеним локацијама које се налазе напољу. Ове локације су удаљене од болничких станица за довођење свежег ваздуха у зграду. Пушење на другим местима укључује ризик да се у болницу унесе ваздух у којем има дима, што може да угрози здравље наше најболесније деце која се налазе на оделењу за интензивну негу као и на другим оделењима.

У овам памфлету имате и мапе које обележавају локације одређене за пушење. Од свакога ко буде пушио ван ових одређених локација тражиће се да угаси цигарету или да оде са тог места.

Добро је познато да дим из средине пушача, дим из цигарета других људи који пуше, има везе са болестима код деце.

Супстанце из дима родитељских цигарета редовно се налазе у тестовима крви, мокраће и пљувачке чак и код најмлађе деце.

Код деце, изложеност диму од других пушача повезано је са:

Проблемима грудног коша као што су:

- астма
- бронхитис
- упала плућа
- велики кашаљ и тешко дисање
- инфекције уха
- упала крајника
- Синдром изненадне смрти новорођенчета
- озбиљне бактеријске инфекције

За децу која живе у домаћинствима где родитељ пуши, већа је вероватноћа да ће бити примљени у болницу са оваквим здравственим проблемима.

Већина родитеља који пуше кажу да би волели да никад нису ни почели да пуше. За децу која одрастају тамо где један или други родитељ пуши, много је већа вероватноћа да ће и сами постати пушачи. Зато, ако родитељи престану да пуше, они чине праву ствар за сопствено здравље и што је веома важно, промовишу и будуће здравље своје деце. Родитељи су најутицајнији идоли за своју децу; чак и ако ви кажете свом детету да не пуши оно ће највероватније пре копирати оно што ви радите него учинити оно што кажете.

Које услуге су на располагању људима који желе да престану да пуше?
Три од сваке четири одрасле особе које пуше би волеле да престану када би то могле, а више од половине оних осталих такође размишљају о томе. Можда можете да искористите вашу посету дечјој болници на тај начин што ћете да претворите ту мисао у дело! Ми вас подстичемо да попричате с доктором вашег детета или медицинском сестром о томе шта можете да учините да престанете да пушите.

Такође препоручујемо
The Quitline: 131 848

Ово је телефонска служба за информације и савете коју обезбеђује QUIT, Victoria. Говорићете са обученим особљем које вам може дати информације и низ бесплатних услуга. Једини трошак је цена локалног позива.

Ваш доктор опште праксе има стручно знање да помогне људима да престану да пуше. Попричајте са њим о разним могућностима које укључују и лекове као што су Zyban и замене за никотин (нпр налепнице и жваке) као и друге врсте помоћи.

Аутор:



У сарадњи са:



