



Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt

## Medizinische Dienste

### ► Prävention

Uz našu  
profesionalnu  
podršku  
četiri su puta veće  
vaše šanse  
da uspijete prestati  
pušiti!

Da  
bismo vam  
mogli pružiti  
podršku  
obratite se  
stručnoj  
osobi.



# Iskoristite priliku da prestanete pušiti upravo sada kada postajete roditelji!

- Tako svojem djetetu omogućujete zdraviji početak života.
- Smanjuje se opasnost neželjenog prekidanja trudnoće ili preranog porođaja.
- Manja je mogućnost da vaše dijete pri porođaju ima prenisku tjelesnu težinu.
- Manja je opasnost od iznenadne smrti djeteta.

## Iskoristite svoju šansu!



Vi sada postajete roditelji i mi vam najsrdačnije čestitamo! U ovoj uzbudljivoj fazi života mnoge žene i muškarci uspiju se oslobođiti cigareta. Iskoristite i vi ovu šansu – na vašem putu ka oslobođanju od pušenja nećete biti sami, vama će pri tome pomagati stručne osobe.

**Da li ste znali da vaša beba nakon oslobođanja od duhanskog dima odmah preko placente počinje dobijati više kisika neophodnog za život?**

## Važna je svaka cigareta manje

Za vaše vlastito zdravlje i za zdravlje vaše bebe koja raste najbolje je da što prije prestanete pušiti, jer svaka cigareta koju popušite nanosi štetu, kod pušenja ne postoji nikakva prihvatljiva granica!



## Dokazano je da profesionalna pomoć pomaže pri prestanku pušenja



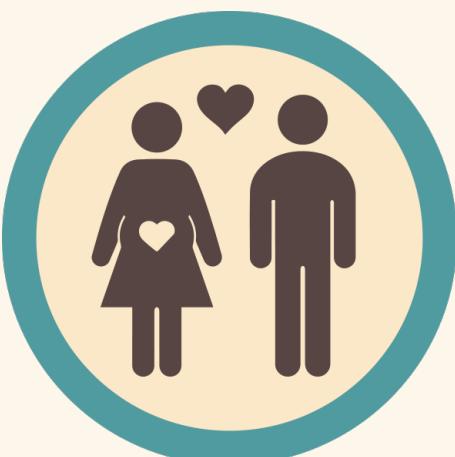
Uspješnom prestanku pušenja doprinose različita pomoćna sredstva. Potražite profesionalnu pomoć, jer tako uvećavate vašu šansu da uspijete prestati pušiti i vašem djetetu omogućujete da svoj život započne pod najboljim uslovima.

## Odgovornost snose i djetetova okolina i naročito vi kao otac

Pasivno pušenje – udisanje tuđeg dima – takođe škodi vašem djetetu, i to još prije njegovog rođenja!

Ako i vi kao budući otac prestanete pušiti, vaš će stan ubrzo postati mjesto na kojem je vaša beba bezbjedna.

Ukoliko vaša rodbina i prijatelji ne mogu da ne puše, ne treba da puše u prisustvu trudnice, na primjer u vašem stanu ili u automobilu.



## Što prije prestanete pušiti to će vaše dijete imati više koristi.

**Nakon što prihvate našu pomoć, time ćete  
učetverostručiti vaše šanse da uspijete prestati pušiti.**

**Mi vas podržavamo da za vrijeme trudnoće  
prestanete pušiti.**

**Vaša liječnica ili apotekarka ili babica, odnosno vaš  
liječnik ili apotekar rado će vam pomoći.**

**Ordinacija za prestanak pušenja**

Universitätsspital Basel, Medizinische Poliklinik

Tel. 061 265 50 05

E-Mail: anmeldung.medpol@usb.ch

**Telefonsko savjetovanje o prestanku pušenja**

Telefonska linija za prestanak pušenja

0848 000 181 za njemački/francuski/italijanski jezik

0848 183 183 za albanski

0848 184 184 za portugalski

0848 185 185 za španski

0848 186 186 za srpski/hrvatski/bosanski

0848 187 187 za turski

0848 189 189 za retoromanski

Putem formulara za prijavljivanje za savjetovanje se  
možete prijaviti i u internetu:

[www.at-schweiz.ch/de/anmeldeformular](http://www.at-schweiz.ch/de/anmeldeformular)



**Informacije putem telefona ili interneta o mogućnostima  
da prestanete pušiti:**

Lungenliga beider Basel

Tel. 061 927 91 22 / E-Mail: [info@llbb.ch](mailto:info@llbb.ch)

**Opšte informacije o zdravlju i adresi za porudžbine:**

Gesundheitsdepartement Basel-Stadt, Medizinische Dienste, Prävention

Tel. 061 267 45 20 / E-Mail: [md@bs.ch](mailto:md@bs.ch) / Web: [www.gesundheit.bs.ch](http://www.gesundheit.bs.ch)