

THE FACTS

ash wales
cymru
action on smoking and health

Smoking & Pregnancy

Your baby is relying on you for their oxygen supply.



If you smoke during pregnancy:

- You increase your risk of a miscarriage by 32%
- You are 47% more likely to experience a stillbirth
- Your baby is 25% more likely to have heart defects
- Your baby is 3 times more likely to suffer Sudden Infant Death (SIDs)



After birth, your baby is more likely to develop Heart Disease, ADHD, Asthma, and Autism (to name a few).



Second-hand smoke from your friends and family also increase these risks. Encourage them to quit with you or stay smoke free around you.

If you inhale smoke, so does your baby.



The sooner you quit, the better!
Ask your midwife, health visitor or GP for advice.

Find more on smoking & pregnancy and advice on how to quit at ash.wales:



ash.wales

Y FFEITHIAU

ash wales
cymru
action on smoking and health

Ysmygu a Beichiogrwydd

Mae eich babi yn dibynnu arnoch chi am ei gyflenwad ocsigen.



Os ydych chi'n ysmegu yn ystod beichiogrwydd:

- Rydych yn cynyddu eich risg o gamesgoriad 32%
- Rydych chi 47% yn fwy tebygol o brofi marw-enedigaeth
- Mae eich babi 25% yn fwy tebygol o gael namau ar y galon
- Mae eich babi 3 gwaith yn fwy tebygol o ddioddef Marwolaeth Sydyn Babanod (MSB)



Ar ôl genedigaeth, mae eich babi yn fwy tebygol o ddatblygu Clefyd y Galon, ADHD, Asthma, ac Awtistiaeth (i enwi ond ychydig).



Mae mwg ail-law gan eich ffrindiau a'ch teulu hefyd yn cynyddu'r risgiau hyn. Anogwch nhw i roi'r gorau iddi gyda chi neu aros yn ddi-fwg o'ch cwmpas.

Os ydych chi'n anadlu mwg, felly hefyd eich babi.



Gorau po gyntaf y byddwch chi'n rhoi'r gorau iddi! Gofynnwch i'ch bydwraig, ymwelydd iechyd neu feddyg teulu am gyngor.

Darganfyddwch fwy am ysmegu a beichiogrwydd a chyngor ar sut i roi'r gorau iddi yn ash.wales:



ash.wales