



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

HAMİLELİKTE SİGARA

Sigara tiryakisi hanımların, hamilelik sırasında günde beş sigaradan fazla içmemesi gerekir. Sigara içenlerin doğurduğu bebeklerin normalden az kilolu olduğu da anlaşılmış bulunuyor. Doğmadan ölen çocuklara da anneleri sigara içenler arasında daha çok rastlanıyor. Bu arada günde iki sigaranın bile, ana rahmindeki bebeği etkilediğinin tesbit edildiğini belirtmekte yarar var.