



Mit professioneller Unterstützung vervierfachen Sie Ihre Chancen für einen erfolgreichen Rauchstopp!

Melden Sie sich bei einer Fachperson.



## Sie werden Eltern – nutzen Sie die Gelegenheit für einen Rauchstopp!

- Sie ermöglichen Ihrem Kind einen gesünderen Start ins Leben.
- Das Risiko einer Fehl- oder Frühgeburt geht zurück.
- Die Wahrscheinlichkeit für ein zu niedriges Geburtsgewicht sinkt.
- Die Gefahr des plötzlichen Kindstods sinkt.

## Packen Sie die Chance



Sie werden Eltern – herzliche Gratulation! In diesem aufregenden Lebensabschnitt schaffen es viele Frauen und Männer, von den Zigaretten loszukommen. Nutzen auch Sie diese Chance. Dabei sind Sie nicht alleine! Fachpersonen helfen Ihnen auf dem Weg in die Rauchfreiheit.

**Wussten Sie, dass Ihr Baby ohne Zigarettenrauch sofort mehr lebenswichtigen Sauerstoff über die Plazenta erhält?**

## Jede Zigarette weniger zählt

Für Ihre eigene Gesundheit und die Ihres heranwachsenden Babys ist es am besten, so schnell wie möglich mit dem Rauchen aufzuhören. Denn jede gerauchte Zigarette schadet, es gibt keinen unbedenklichen Grenzwert!



## Professionelle Unterstützung hilft nachweislich



Es gibt verschiedene Hilfsmittel, um erfolgreich mit dem Rauchen aufzuhören. Holen Sie sich professionelle Unterstützung! Damit steigern Sie Ihre Chance auf einen erfolgreichen Rauchstopp und ermöglichen Ihrem Kind, unter optimalen Bedingungen ins Leben zu starten.

## Auch das Umfeld und besonders Sie als Vater tragen Verantwortung

Auch Passivrauch schadet Ihrem Kind – und dies bereits vor der Geburt! Hören auch Sie als werdender Vater mit dem Rauchen auf, so ist die Wohnung in Kürze ein sicherer Platz für Ihr Baby. Können Angehörige und Freunde nicht auf das Rauchen verzichten, sollen sie nicht in Gegenwart der Schwangeren, z.B. in der Wohnung oder im Auto, rauchen.



**Je früher Sie es schaffen, mit dem Rauchen aufzuhören, umso mehr profitiert Ihr Kind!**

**Nehmen Sie die Hilfe an und vervierfachen Sie die Chance, erfolgreich mit dem Rauchen aufzuhören.**

**Wir unterstützen Sie beim Rauchstopp in der Schwangerschaft!**

**Ihre Ärztin/Apothekerin/Hebamme  
bzw. Ihr Arzt/Apotheker hilft Ihnen gerne.**

**Rauchstopp-Sprechstunde**

Universitätsspital Basel, Medizinische Poliklinik  
Tel. 061 265 50 05  
E-Mail: [anmeldung.medpol@usb.ch](mailto:anmeldung.medpol@usb.ch)

**Telefonische Rauchstoppberatung**

Rauchstopplinie

0848 000 181 Deutsch/Französisch/Italienisch  
0848 183 183 Albanisch  
0848 184 184 Portugiesisch  
0848 185 185 Spanisch  
0848 186 186 Serbisch/Kroatisch/Bosnisch  
0848 187 187 Türkisch  
0848 189 189 Rumantsch

Oder online per Anmeldeformular:  
[www.at-schweiz.ch/de/anmeldeformular](http://www.at-schweiz.ch/de/anmeldeformular)



**Informationen zu Rauchstopp-Möglichkeiten**

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

**Allgemeine Gesundheitsinformationen / Bestelladresse**

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)