



Στοματική υγεία
& Εγκυμοσύνη



EFP

Μνύματα-κλειδιά για τις γυναίκες

Βεβαιωθείτε ότι **η νόσος των ούλων**
δεν θα αποτελέσει πρόβλημα
κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης

Κατά τη διάρκεια της κύησης, τα αυξημένα επίπεδα ορμονών επιδρούν στον τρόπο με τον οποίο ο οργανισμός αντιδρά στην οδοντική πλάκα και αυτό μπορεί να οδηγήσει σε οιδηματόδηλη και αιμορραγικά ούλα(ουλίτιδα) και στην επιδεινωση της σημαντικότερης μορφής νόσου των ούλων γνωστή ως περιοδοντίτιδα. Έχουν καταδειχθεί συσχετίσεις μεταξύ των νόσων των ούλων και επιπλοκών κύησης. Η διατήρηση υγιών δοντιών και ούλων κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης είναι σημαντική τόσο για τις εγκύους γυναίκες όσο και για τα αγένητα παιδιά τους.

Γνώση των συμπτωμάτων:

Θα πρέπει να ελέγχετε για εμφανή σημεία της νόσου στο στόμα. Πιο συγκεκριμένα, προσέξτε για φλεγμονή των ούλων ή αιμορραγικά ούλα. Θα πρέπει επίσης να προσέξτε για άλλα σημεία ή συμπτώματα- όπως πόνος κατά τη μάσηση, κακοσμία(χαλίτωση), ούλα με υφίζηση, και δόντια με κινητικότητα. Εάν έχετε ένα ή περισσότερα από αυτά τα συμπτώματα, θα πρέπει να επισκεφτείτε έναν οδοντίατρο ή άλλον επαγγελματία στοματικής υγείας.

Μεταβολές στα ούλα:

Τα φλεγμαίνοντα ούλα είναι αρκετά συνηθισμένα κατά τη διάρκεια της κύησης, αλλά δε συντρέχει λόγος ανησυχίας. Μέσω των κατάλληλων προληπτικών μέτρων, αυτή η φλεγμονή είναι συνήθως σύντομης διάρκειας και τα ούλα επανέρχονται στην κανονικότητα μετά τον τοκετό. Άλλα εάν παρατηρήσετε ότι τα ούλα σας είναι οιδηματώδη, θα πρέπει να επισκεφτείτε έναν οδοντίατρο ή άλλον επαγγελματία στοματικής υγείας για μία διάγνωση.

Πρόληψη:

Ακόμα και εάν δεν υπάρχουν σημεία της νόσου, θα πρέπει να ακολουθήσετε ορισμένα βήματα για την πρόληψη των προβλημάτων φροντίζοντας καλά τα δόντια και τα ούλα σας. Θα πρέπει να ρωτήσετε τον οδοντίατρό σας ή τον υγειεινή για να σας συμβουλέψει για το πώς θα το επιτύχετε αυτό καλύτερα. Ρωτήστε για καθοδήγηση σχετικά με ειδικά μέσα και εργαλεία στοματικής υγείνης που θα πρέπει να χρησιμοποιήσετε κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης. Ως γενικό μέτρο, θα πρέπει να βουρτσίζετε δύο φορές ημερησίως με χειροκίνητη ή ηλεκτρική οδοντόβουρτσα, ιδιαίτερα χρησιμοποιώντας μία αντιβακτηριδιακή οδοντόπαστα και είτε οδοντικό νήμα ή μεσοδόντια βουρτσάκια.

Περιοδοντική νόσος:

Εάν διαγνωσθεί κάποια περιοδοντική νόσος(ουλίτιδα ή περιοδοντίτιδα), μπορεί να θεραπευθεί με ασφάλεια κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης. Στην πραγματικότητα, οι κίνδυνοι της μη θεραπείας είναι πολύ πιο σημαντικοί από οποιοδήποτε ελάχιστο τραυματισμό που μπορεί να συμβεί κατά τη διάρκεια της θεραπείας. Εάν παρατηρήσετε ότι τα ούλα σας είναι φλεγμονώδη ή αιμορραγικά, ή μία αύξηση στην υφίζηση των ούλων, θα πρέπει να επισκεφτείτε έναν οδοντίατρο άμεσα. Η καλύτερη χρονική στιγμή για να τα κάνετε αυτό είναι κατά τη διάρκεια του δευτέρου και τρίτου τριμήνου της κύησης, ή πριν από τη σύλληψη.

Περιοδοντική θεραπεία:

Οι περιοδοντικές παρεμβάσεις έχει δειχθεί ότι είναι αποτελεσματικές στη βελτίωση της υγείας των ούλων των εγκύων γυναικών χωρίς να θέτουν σε κίνδυνο τη γενική υγεία. Αυτή η περιοδοντική θεραπεία(αποτρύγωση και ριζική απόξεση) είναι καλύτερο να πραγματοποιείται είτε πριν τη σύλληψη ή κατά τη διάρκεια του δευτέρου τριμήνου. Δεν θα πρέπει να διενεργείται κατά τη διάρκεια του πρώτου τριμήνου.

Ακτινογραφίες και αναισθησία:

Ακτινογραφίες μπορούν να ληφθούν με ασφάλεια κατά το δευτέρο τρίμηνο και ομοίως η τοπική αναισθησία μπορεί να εφαρμοστεί χωρίς επιπρόσθετο κίνδυνο είτε για τη μητέρα ή για το έμβρυο.

Παυσίπονα και αντιβιοτικά:

Η χρήση των συνήθων παυσίπονων και συστηματικών αντιβιοτικών κατά τη διάρκεια της περιοδοντικής θεραπείας θεωρείται γενικά ασφαλής, αλλά παρακαλείστε να συμβουλεύεστε το γυναικολόγο σας. Ωστόσο, οι τετρακυκλίνες θα πρέπει να αποφεύγονται.

Περιοδοντική υγεία και επιπλοκές κύησης:

Εάν είστε έγκυος ή προγραμματίζετε να μείνετε έγκυος, θα πρέπει να γνωρίζετε ότι μπορεί να υπάρχει σύνδεση μεταξύ της υγείας των ούλων σας(της περιοδοντικής σας κατάστασης) και πιθανών επιπλοκών κύησης. Για το λόγο αυτό, η περιοδοντική θεραπεία μπορεί να κρίνεται αναγκαία. Εφόσον ισχύει αυτό, αυτή θα πρέπει να πραγματοποιείται πριν τη σύλληψη ή στο δευτέρο τρίμηνο. Οι επιπλοκές κύησης και η περιοδοντική νόσος επίσης μοιράζονται κάποιους σημαντικούς παράγοντες κινδύνου, όπως το κάπνισμα. Έτσι θα πρέπει να γνωρίζετε τη σημασία της υιοθέτησης υγιεινών συνηθειών διαβίωσης.



Ελληνική
Περιοδοντολογική
Εταιρεία



H EFP ευχαριστεί την Oral-B για την υποστήριξη της
και την απεριόριστη συνεισφορά της.

