Wizyta u stomatologa w ciąży

Ciąża to nie tylko radosne oczekiwanie na nowego członka rodziny, ale także obciążenie dla organizmu matki. Dotyczy to także zębów i dziąseł, dlatego trzeba regularnie odwiedzać stomatologa i nie odkładać niezbędnych zabiegów na czas po urodzeniu dziecka.

W ciąży wiele czynników wpływa niekorzystnie na stan zdrowia jamy ustnej. Procesy biologiczne w ciele kobiety ciężarnej są zaburzane przez zmiany hormonalne, inaczej w tym czasie funkcjonuje cały układ immunologiczny. Pojawiają się stany prozapalne, zwiększające podatność na infekcje.

DBAJ O ZDROWIE SWOJE I DZIECKA

W trakcie ciąży niezwykle istotna jest stała opieka lekarza stomatologa – równie ważna jak okresowe badania ciężarnych kobiet. Ocena zdrowia zębów i dziąseł jest konieczna, ponieważ ma ogromny wpływ na zdrowie przyszłej matki oraz nienarodzonego jeszcze dziecka. Ogniska zapalne w jamie ustnej mogą mieć daleko idące konsekwencje. Mają wpływ na funkcjonowanie narządów wewnętrznych przyszłej matki, ale również mogą zagrażać płodowi. Zadaniem lekarza stomatologa jest rozpoznanie i natychmiastowe likwidowanie potencjalnych ognisk zakażenia, niezależnie od stopnia zaawansowania ciąży. Inwazyjnych zabiegów chirurgicznych nie przeprowadza się w I trymestrze ciąży (odracza się je do II trymestru).

BEZPIECZNA WIZYTA

Często pacjentki pytają mnie, czy wskazane jest leczenie zębów w ciąży. Niepokoją się także, czy bezpieczne jest stosowanie znieczuleń. Oczywiście, że tak. Odroczenie leczenia może zagrozić zdrowiu płodu, a nawet spowodować przedwczesny poród lub zmniejszenie masy urodzeniowej dziecka. Dlatego istniejące infekcje trzeba leczyć jak najszybciej. Oczywiście najlepiej jeszcze przed planowaną ciążą zadbać o stan uzębienia i przyzębia, dla zdrowia swojego i dziecka. Jeśli jednak wcześniej nie wyeliminowano wszystkich ognisk zapalnych, trzeba koniecznie zadbać o zdrowie jamy ustnej w ciąży.

Koniecznie powiedzmy lekarzowi, że spodziewamy się dziecka. U pacjentek ciężarnych stosujemy specjalny rodzaj znieczuleń, który jest bezpieczny zarówno dla przyszłej mamy, jak i dla płodu. Wizyta u stomatologa przy odpowiednim podejściu lekarza do pacjentki może być nawet przyjemna. Przy zastosowaniu odpowiednich, bezpiecznych środków nie powoduje stresu ani bólu.

USZKODZONE SZKLIWO

U ciężarnych pacjentek bardzo często obserwuję nasilenie próchnicy. Wspólnie z przyszłą mamą próbujemy wówczas dostosować poziom higieny do zmieniających się podczas ciąży warunków w jamie ustnej.

Często występujące, pojawiające się przeważnie w pierwszym trymestrze ciąży nudności i wymioty obniżają pH w ustach, co znacznie osłabia szkliwo. Z tego powodu zwiększa się podatność na próchnicę, może też pojawić się nadwrażliwość zębów. Bardzo istotne jest, aby pacjentki nie szczotkowały zębów bezpośrednio po wymiotach, ponieważ wtedy szkliwo jest najbardziej podatne na uszkodzenia.

W późnym okresie ciąży, kiedy dochodzi do przesunięcia żołądka i upośledzenia jego zwieraczy, może pojawić się refluks, który także wpływa na obniżanie pH w jamie ustnej. Stomatolog zastosuje wtedy bezpieczne zabiegi wzmacniające szkliwo. Warto również sięgnąć po pasty do zębów pomagające odtwarzać naturalną warstwę mineralną szkliwa i zębiny, np. dzięki zawartości hydroksyapatytu.

DBAJ O DZIĄSŁA

Stosunkowo często obserwuję u ciężarnych stan zapalny dziąseł, a nawet przyzębia. Jest to związane ze zmianami hormonalnymi, które zachodzą w organizmie przyszłej matki. Wzrost stężenia estrogenów i progesteronu we krwi sprzyja powstawaniu obrzęku, rozpulchnienia, zaczerwienienia i krwawienia dziąseł. Odczuwalne przez kobietę ciężarną dolegliwości bólowe nie pomagają w niezbędnej, dokładnej higienie jamy ustnej.

Na powierzchni niedoczyszczonych zębów odkłada się osad i kamień, które potęgują procesy zapalne dziąseł. Niezwykle ważne jest wówczas rozpoznanie tego patologicznego procesu przez lekarza stomatologa. Nieleczone przyzębie ulega przewlekłej destrukcji, a niszczony aparat zawieszeniowy powoduje z czasem utratę stabilności i ruchomość zęba. Zadaniem lekarza dentysty jest natychmiastowe przeciwdziałanie ogniskom zapalnym.

CZYM MOGĄ GROZIĆ CHORE ZĘBY I DZIĄSŁA W CZASIE CIĄŻY?

Toksyny bakteryjne (wytwarzane głównie przez szczepy paciorkowców) przenikają poprzez krwioobieg z ogniska zębowego do innych organów matki. Docierają także do płodu. Mogą się przyczyniać do występowania:

- zmian w narządach wewnętrznych organizmu matki
- zmniejszenia masy urodzeniowej dziecka
- przedwczesnych porodów
- intoksykacji (zatrucia) płodu
- zakażeń narządów rodnych podczas porodu
- zwiększenia zachorowalności noworodków.

JAK DBAĆ O ZĘBY I DZIĄSŁA W TRAKCIE CIĄŻY:

- dokładnie szczotkuj zęby po każdym posiłku
- używaj płukanek do jamy ustnej
- stosuj nić dentystyczną do oczyszczania przestrzeni międzyzębowych
- dbaj o właściwą dietę
- pamiętaj o regularnych kontrolach u stomatologa
- lecz stany zapalne w jamie ustnej
- zastanów się nad zabiegiem wzmacniającym tkanki twarde zębów.

W zależności od wskazań i stanu pacjentki przeprowadzam m.in. profesjonalne oczyszczenie zębów. Instruuję też przyszłą mamę, jakie są lecznicze zalecenia stosowane w codziennej higienie jamy ustnej.

HIGIENA, DIETA I ZABIEGI

Z każdą pacjentką w ciąży rozmawiam na temat właściwej higieny jamy ustnej. Po wystąpieniu wymiotów, dla zobojętnienia pH, zalecam przepłukiwanie jamy ustnej wodą lub specjalnymi płukankami i odczekanie przynajmniej pół godziny, zanim zaczną szczotkowanie. Uczulam też pacjentki na problem, jakim jest zwiększone łaknienie. Przyszłe mamy często podjadają pokarmy bogate w węglowodany, co niestety dodatkowo sprzyja powstawaniu nowych ubytków i pogłębianiu obecnych. Szczególnie unikać należy pokarmów oblepiających zęby. Po takim posiłku trzeba wyszczotkować zęby albo, jeśli nie ma takiej możliwości, przynajmniej przepłukać wodą jamę ustną.

Jordan

Ponieważ zagrożenie ubytkami w trakcie ciąży rośnie, za pomocą bezpiecznych preparatów często wykonuję specjalne zabiegi, które wzmacniają twarde tkanki zębów.

WITAMINY I MINERAŁY

Przyszłe mamy muszą pamiętać również o właściwej diecie. Jest niezwykle istotna, ponieważ wpływa na zęby dziecka, które powstają już w szóstym tygodniu rozwoju zarodkowego. Kobiety ciężarne powinny spożywać pokarmy bogate w witaminy, np. A, D, E, C i minerały: fosfor, fluor, żelazo, wapń. Zalecam spożywanie warzyw – szczególnie zielonych, liściastych – oraz produktów mlecznych, tłustych ryb i owoców, a unikanie węglowodanów i tłuszczy zwierzęcych.

Agnieszka Stopa-Wilkos
lekarz dentysta
LA VIE DENT
www.laviedent.pl