

ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ

ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ ΚΑΙ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΕΙΑ



www.osp.gr



ΠΟΙΕΣ ΕΊΝΑΙ ΟΙ ΚΥΡΙΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΚΥΗΣΗΣ ΣΤΑ ΟΥΛΑ;

ΟΥΛΙΤΙΔΑ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗΣ

Λόγω των ορμονικών αλλαγών, τα ούλα εμφανίζουν οίδημα, ερυθρότητα και αιμορραγία, συμπτώματα που πιθανόν να ξεκινούν από τον δεύτερο κιόλας μήνα και να εντείνονται έως τον ένατο.

Κάποιες μελέτες έχουν τεκμηριώσει την συσχέτιση της ύπαρξης φλεγμονής των ούλων με τον πρόωρο τοκετό και τα ελλιποβαρή νεογνά.



ΕΠΟΥΛΙΔΑ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗΣ

Πρόκειται για καλοήθες ακίνδυνο ογκίδιο που μπορεί να εμφανιστεί στις μεσοδόντιες θηλές των ούλων.

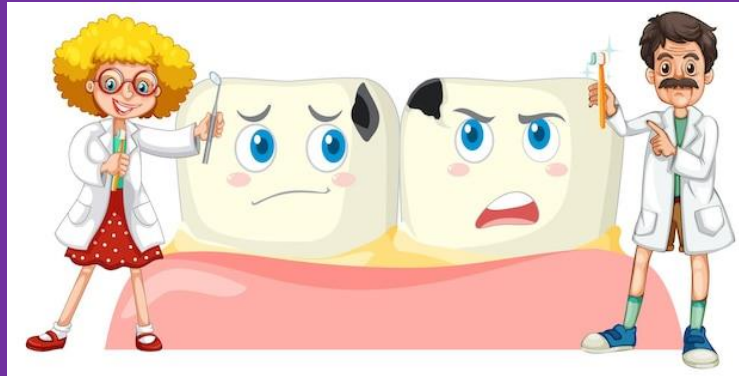
Εάν δεν υποχωρήσει μετά τον τοκετό, αφαιρείται.

Προσοχή! Η διάγνωση της επουλίδας γίνεται από τον οδοντίατρο.



ΠΟΙΕΣ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΚΥΡΙΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΚΥΗΣΗΣ ΣΤΑ ΔΟΝΤΙΑ;

Οι συχνοί εμετοί κατά την διάρκεια της εγκυμοσύνης αυξάνουν τον κίνδυνο τερηδόνας και διάβρωσης των δοντιών λόγω της έκθεσης των δοντιών σε οξέα.



ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ
www.osp.gr



ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ ΚΑΙ ΥΠΝΙΚΗ ΑΠΝΟΙΑ

Η αύξηση του σωματικού βάρους της γυναίκας κατά την εγκυμοσύνη μπορεί να οδηγήσει στην εμφάνιση αποφρακτικής άπνοιας, η οποία συνοδεύεται από έντονους πονοκεφάλους, ροχαλητό, κόπωση, ξηροστομία, δύσπνοια το πρωί

Ο οδοντίατρος μπορεί να βοηθήσει με την κατασκευή ενδοστοματικού νάρθηκα που διευρύνει τις αναπνευστικές οδούς και βοηθάει σε καλύτερη αναπνοή και πιο ήρεμο ύπνο, κατόπιν της σύμφωνης γνώμης και των οδηγιών του πνευμονολόγου.

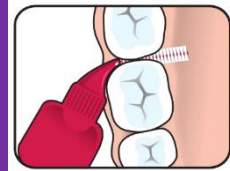


ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ
www.osp.gr



ΠΩΣ ΘΑ ΔΙΑΤΗΡΗΣΩ ΤΗΝ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΜΟΥ ΥΓΕΙΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ;

- με καθημερινή στοματική υγιεινή
(βούρτσισμα πρωί-βράδυ, μεσοδόντιος καθαρισμός καθημερινά)
η υγεία των ούλων επηρεάζεται πολύ από τις ορμόνες αυξάνοντας τον κίνδυνο εμφάνισης ουλίτιδας και άλλων νόσων περιοδοντίου



- με ισορροπημένη διατροφή πλούσια σε βιταμίνες και ιχνοστοιχεία.
ειδικά το ασβέστιο είναι σημαντικά για την στοματική σου υγεία
και το περιβάλλον ανάπτυξης του παιδιού



ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ
www.osp.gr



- με διαχείριση της αδιαθεσίας και του εμέτου
ξέπλυνε το στόμα σου με νερό μετά από κάθε εμετό για να ελαττώσεις την επίδραση των οξέων του στομάχου στους βλεννογόνους και τα δόντια σου



- με διακοπή του καπνίσματος



ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ
www.osp.gr



- με τακτικό οδοντιατρικό έλεγχο

ορισμένες οδοντιατρικές εργασίες μπορούν να εφαρμοστούν με ασφάλεια σε συγκεκριμένα τρίμηνα της εγκυμοσύνης και κάποιες άλλες μετά τον τοκετό

αν είναι αναγκαίες οδοντιατρικές ακτινογραφίες, μπορούν να γίνουν με την κατάλληλη ακτινοπροστασία (ποδιά), χρησιμοποιώντας την σύγχρονη ψηφιακή απεικόνιση

σε περίπτωση που λαμβάνεις φαρμακευτική αγωγή, πρέπει να ενημερώσεις τον οδοντίατρό σου γιατί μπορεί να χρειαστεί η ρύθμιση των δόσεων του φαρμάκου



ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ
www.osp.gr



ΕΙΝΑΙ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΩ ΟΤΙ:

- η κακή στοματική υγεία κατά την κύηση συμβάλλει στην διατήρηση της στοματικής υγείας όχι μόνο της μαμάς, αλλά και του εμβρύου και έχει συνδεθεί με κάποιες σοβαρές καταστάσεις, όπως ο πρόωρος τοκετός και τα λιποβαρή παιδιά
 - η διατήρηση της στοματικής σας υγείας σε υψηλά επίπεδα πρέπει να διατηρείται και μετά την γέννα, ειδικά σε περιπτώσεις που αντιμετωπίσατε οδοντικά προβλήματα κατά την κύηση
 - ο θηλασμός βοηθάει στη βέλτιστη ανάπτυξη του προσωπικού κρανίου και κατ'επέκταση στην καλύτερη θέση της κάτω γνάθου, όσον αφορά τη σύγκλιση και έκφυση των δοντιών. Η οροφή του στόματος αποτελείται στο πρόσθιο τμήμα από



ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΚΑΙ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΕΙΑ:

- ο θηλασμός βοηθάει στη βέλτιστη ανάπτυξη του προσωπικού κρανίου και κατ'έπекταση στην καλύτερη θέση της κάτω γνάθου, όσον αφορά τη σύγκλειση και έκφυση των δοντιών του παιδιού



- Ο θηλασμός πιπίλας και δακτύλου μπορεί να οδηγήσει σε σκελετικές και οδοντικές ανωμαλίες και πρέπει να διακόπτεται νωρίς



ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ
www.osp.gr



ΕΑΝ ΕΧΟΥΜΕ ΑΠΟΡΙΕΣ..

- ρωτάμε τον οδοντίατρό μας
- δεν εμπιστευόμαστε το διαδίκτυο - δεν βασιζόμαστε σε γνώμες τρίτων





ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ
www.osp.gr

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ- ΠΗΓΕΣ:

- Yenen Z, Ataçağ T. Oral care in pregnancy. J Turk Ger Gynecol Assoc. 2019 Nov 28;20(4):264-268. doi: 10.4274/jtgga.galenos.2018.2018.0139. Epub 2018 Dec 17. PMID: 30556662; PMCID: PMC6883753.
- https://www.bsperio.org.uk/assets/downloads/Guidelines_for_oral_health_professionals.pdf
- Bao J, Huang X, Wang L, He Y, Rasubala L, Ren YF. Clinical practice guidelines for oral health care during pregnancy: a systematic evaluation and summary recommendations for general dental practitioners. Quintessence Int. 2022 Mar 14;53(4):362-373. doi: 10.3290/j.qi.b2644863. PMID: 35119241.
- Ινστιτούτο-Υγείας-του-Παιδιού-Μητρικός-θηλασμός-Οδηγός-για-επαγγελματίες-