

نکات بهداشتی دهان و دندان در دوران بارداری

21 اردیبهشت 1405

یک دندانپزشک به تشریح نکات بهداشتی دهان و دندان در دوران بارداری پرداخت.

دکتر طاهره مقدسی دندانپزشک در رابطه با بیماری دهان و دندان در دوران بارداری توضیحاتی داد و گفت: هیچ بیماری دهان و دندانی در طول دوره بارداری به خودی خود ایجاد نمی‌شود بلکه مشکلاتی که پیش از بارداری وجود داشته، تشدید می‌شوند و ممکن است مشکل کوچک تبدیل به یک چالش بزرگ شود.

وی ادامه داد: اگر فرد عادی تا چندین ماه هم مسواک نزنند ممکن است با التهاب لثه مشکل زیادی نداشته باشد اما در دوران بارداری اگر درست مسواک نزنید و تجمع جرم و پلاک روی دندان داشته باشید، التهاب شدیدی را تجربه می‌کنید پس بهترین راه برای پیشگیری از به وجود آمدن این مشکلات، این است که قبل از بارداری، چکاپ دندانپزشکی انجام شود تا اگر التهاب یا پوسیدگی وجود دارد، درمان شود.

دکتر مقدسی با تأکید بر اینکه یکی از مشکلات شایع در دوره بارداری التهاب لثه‌ها است که در اثر تأثیر هورمون‌های بارداری، وجود جرم و پلاک و گاهی خشکی دهان در این دوران ایجاد می‌شود، افزود: برای حل این مشکل می‌شود در دوران بارداری جرم‌گیری انجام داد و مرتب با مسواک نرم، دندان‌ها را مسواک زد و دهانشویه غیر الکلی استفاده کرد.

وی تصریح کرد: مشکل رایج دیگر، رفلاکس در دوران بارداری است که با برگشتن اسید معده به دهان، مینای دندان به مرور از بین می‌رود و دندان مستعد پوسیدگی می‌شود و در برخی موارد دندان‌ها حساس به باد سرد و آب سرد می‌شوند.

این دندانپزشک افزود: برای رفع این مشکل بهتر است بعد از رفلاکس یا استفراغ، دهان را با محلول آب و جوش شیرین شست‌وشو دهید که محیط اسیدی دهان، قلیایی شود. اصلاً با آب خالی دهان را نشویید چون مشکل تشدید می‌شود