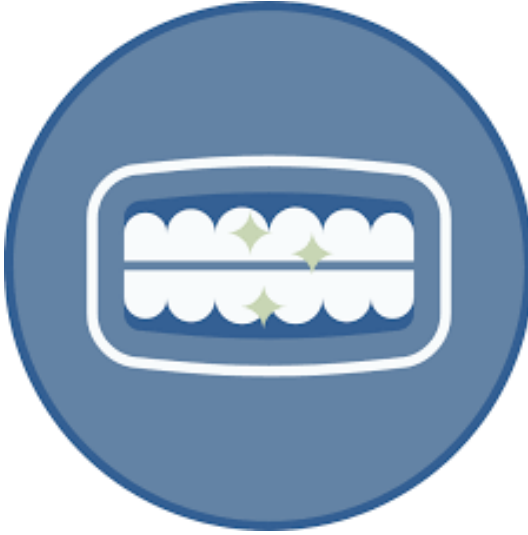




تجمع الرياض الصحي الثاني
Riyadh Second Health Cluster



صحة الفم و الأسنان و الحمل

Oral Health and Pregnancy

المقدمة:

الحمل يؤثر على جوانب عديدة من حياة المرأة بما في ذلك صحة الفم و الأسنان، فمعظم النساء يلاحظن تغيرات في اللثة أثناء الحمل بسبب التغيرات الهرمونية في هذه الفترة بالإضافة إلى إهمال العناية اليومية بتنظيف الأسنان مما يزيد من نسبة التهاب اللثة و تسوس الأسنان.

من المهم معرفة خطورة هذا الالتهاب على الحامل ،فحسب أبحاث و دراسات عديدة أجريت في هذا المجال فإن المرأة أكثر عرضة للإنجاب المبكر و انخفاض وزن الجنين من أربع إلى سبع مرات من العوامل الأخريات.

أكثر المشاكل المؤثرة على صحة الفم أثناء الحمل :



• التهاب اللثة:

التهاب بكتيري يصيب الأنسجة المحيطة بالأسنان.

و من أعراض الالتهاب:

- تورم في اللثة
- سهولة نزيف اللثة و خصوصا وقت تنظيف الأسنان بالفرشاة.
- تكون الجيوب اللثوية حول السن.

• تسوس الأسنان:



عند تناول السكريات بكثرة أثناء الحمل مع إهمال العناية بصحة الفم تزداد نسبة التسوس.



• التآكل الحمضي للأسنان :

نتيجة لغثيان الصباح المستمر في أول الحمل.

• الورم الحبيبي "ورم الحمل":

هو ورم حميد نادر وغير مؤلم، و يعتبر جزء من



الاستجابة المفرطة ضد البكتيريا

التي تسبب أمراض اللثة، وعادة ما

يختفي بعد الولادة أو يحتاج إلى تدخل

طبيب الأسنان لاستئصاله تحت التخدير الموضعي.

علاج الأسنان أثناء الحمل:

- يجب إخبار طبيب الأسنان عن الحمل و عن أي أدوية يتم استخدامها.
- يمكن علاج الأسنان أثناء الحمل بدون أي مخاطر -بإذن الله-.
- يمكن استخدام الأشعة الخاصة بالأسنان عند الضرورة و يتم اتخاذ إجراءات وقائية.
- أهمية المتابعة الدورية لعيادة الأسنان.

أهم العادات الصحية الواجب اتباعها :

- تنظيف الأسنان بفرشاة ناعمة ثلاث مرات يوميا لمدة لا تقل عن دقيقتين.
- استخدام الخيط السني مرة واحدة يوميا.
- استخدام غسول الفم المحتوي على الفلورايد لحماية الأسنان من التسوس أو غسولات الفم المضادة للبكتيريا عند حاجتك لها.
- عند الشعور بغثيان الصباح أثناء الحمل ينصح بغسل الفم بالماء الدافئ بشكل متكرر لتخفيف الحامض الناتج من القيء و تأجيل التفريش لمدة لا تقل عن نصف ساعة.
- تناول الأطعمة الصحية الغنية بفيتامين (ج) و (ب 12) و المحتوية على الكالسيوم.
- الزيارة الدورية لعيادة الأسنان.

لأن الوعي وقاية ..

إدارة التشخيص الصحي

(قسم طب الأسنان)

HEM2.16.000251

