



تجمع الرياض الصحي الثاني
Riyadh Second Health Cluster
شركة الصحة القابضة



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:



1 يجب إخبار طبيب الأسنان عن الحمل و عن أي أدوية يتم استخدامها

2 يمكن علاج الأسنان أثناء الحمل بدون أي مخاطر -بإذن الله

3 يمكن استخدام الأشعة الخاصة بالأسنان عند الضرورة و يتم اتخاذ إجراءات وقائية

4 أهمية المتابعة الدورية لعيادة الأسنان



أهم العادات الصحية الواجب اتباعها:

- تنظيف الأسنان بفرشاة ناعمة ثالث 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 الدامض 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 التثقيف الصحي

(قسم طب الأسنان)

HEM2.16.000251

R2-CCCM-CPAVA- 100725- AA