



Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft
Société suisse des médecins-dentistes
Società svizzera odontoiatri
Swiss Dental Association

Інформаційна брошура

Здорові зуби для вагітної жінки та дитини



Здорові зуби під час вагітності

Вагітність — це навантаження для організму. Зуби також потребують догляду в цей хвилюючий період життя жінки. У разі правильного догляду, харчування та контролю зуби та ясна залишаються здоровими.

Запаленню ясен можна запобігти

Через гормональні перебудови в організмі під час вагітності може частіше виникати запалення ясен. Тому під час вагітності особливо важливо щоденно видаляти бактеріальний наліт із зубів (бляшки, біоплівку).

Під час вагітності проконсультуйтеся зі своїм стоматологом або стоматологом-гігієністом щодо вибору підходящого для Вас допоміжного засобу для чищення зубів, та щодо найкращого способу видалення зубних бляшок і їх хвороботворних мікроорганізмів.

Таким чином Ви зможете запобігти пошкодженню зубів

Цукор = карієс

Часте споживання цукру призводить до появи карієсу (дірок у зубах). Насамперед відмовтеся від проміжних прийомів цукровмісної їжі, а також від цукровмісних напоїв. Надмірне споживання цукру не приносить жодної користі дитині. Однак це може спричинити появу надмірної ваги у матері та розвиток карієсу.

Блювання = розм'якшення зубної емалі

Відразу після блювання або кислої відрижки Ви повинні прополоскати рот водою або бажано ополіскувачем для ротової порожнини з фторидом.

Кислі напої пошкоджують зуби

Безалкогольні напої, холодний чай, фруктові соки та інші кислі напої пошкоджують зуби з двох причин: Кислота пом'якшує зуб і спричиняє ерозії. Цукор живить бактерії, через які утворюються бляшки, що призводить до карієсу.



А як щодо малюка?

Гігієна ротової порожнини під час вагітності знижує не тільки ризик розвитку карієсу та запалення ясен у матері, але і зменшує подальшу передачу бактерій карієсу немовляті.

Консультантка для молодих матерів, педіатр і стоматолог проконсультують Вас щодо всіх заходів, яких потрібно вжити для збереження здоров'я зубів Вашої дитини.



Допомога у боротьбі проти карієсу

Фторид = захист від карієсу

Для ефективної профілактики карієсу Вам потрібна зубна паста з фторидом і кухонна сіль з фторидом (упаковка та банка із зеленими смужками).

Додаткові засоби, наприклад гель з фторидом і ополіскувачі для ротової порожнини, Вам порадить Ваш стоматолог у разі потреби.

«Зубний чоловічок» = безпечні для зубів солодощі

Якщо Ви не хочете відмовлятися від періодичного вживання ласощів, радимо Вам споживати безпечні для зубів солодощі. Вони мають маркування «Зубний чоловічок». Такі солодощі містять як замітники цукру, так і підсолоджувачі та не шкодять зубам.

Бляшки (біоплівка) спричиняють запалення ясен і карієс

Під час вагітності з'ясуйте у свого стоматолога та його співробітників всі питання щодо заходів профілактики та щодо правильного догляду за зубами! Так Ви зможете запобігти утворенню дірок у зубах і запаленню ясен.

Описані заходи профілактики позитивно вплинуть на здоров'я зубів Вашої дитини.

Маєте запитання?

- Гарні та здорові зуби підвищують якість життя.
- Чистьте зуби зубною пастою з фторидом мінімум 2 × на день.
- Готуйте їжу, додаючи кухонну сіль з фторидом.
- Часте споживання цукру та кислих напоїв, а також незадовільне чищення зубів призводять до пошкодження зубів.

Стоматологічні відділи Базельського,
Бернського, Женевського, Цюрихського
університетів

SVK: Швейцарське об'єднання дитячої
стоматології

SSPRE: Швейцарська асоціація превентивної,
реставраційної та естетичної стоматології

SGGG: Швейцарська асоціація гінекології та
акушерства

SGP: Швейцарська асоціація педіатрії

kinderärzte.schweiz: Професійна асоціація
практикуючих педіатрів і лікарів для підлітків

SF-MVB: Швейцарська професійна асоціація
Консультування матерів і батьків

Керівник проєкту:

Проф. д-р Адріан Луссі [Prof. Dr. Adrian Lussi],
Бернський університет

Редакція:

Марко Такенберг [Marco Tackenberg],
відділ комунікацій SSO

Додаткова інформація:

www.sso.ch