



Unsere Dentalhygienikerinnen und zahnmedizinischen Prophylaxe-Assistentinnen verstehen ihr zertifiziertes Handwerk.



Quarree 4 | 22041 Hamburg  
Tel. 040.68913400  
Fax 040.689134020  
praxis@quarree-dental.de  
www.quarree-dental.de



# Prophylaxe in der Schwangerschaft





## **Bewusst und gesund durch die Schwangerschaft!**

Eines vorweg: Eine professionelle Zahnreinigung in der Schwangerschaft ist nicht gefährlich – im Gegenteil, sie ist medizinisch ratsam! Mit jeder Schwangerschaft beginnt eine spannende und aufregende Zeit! Die Gefühle fahren Karussell und der Körper verändert sich von Tag zu Tag. Ein neues Leben entsteht und der Organismus läuft auf Hochtouren. Eine Schwangerschaft hat Auswirkungen auf den gesamten Körper – Zähne und Zahnfleisch bilden hier keine Ausnahme. Daher sollten Sie in den nächsten 9 Monaten **verstärkt** auf Ihre Mundhygiene achten. Wir empfehlen nicht nur regelmäßige Kontrollen, sondern auch eine erweiterte Zahnreinigung, für die unsere Prophylaxe Mitarbeiterinnen speziell ausgebildet sind.

**Wussten Sie**, dass die Schwangerschaftshormone zu einer vermehrten Durchblutung der Schleimhaut führen, das Gewebe weicher wird und der pH-Wert des Speichels sich stark verändert? Häufiges Bluten beim Zähneputzen sind z.B. die ersten Anzeichen, die Schwangere bemerken. Das Risiko einer Zahnfleischentzündung (Parodontitis) steigt und aufgrund des vermehrten sauren Speichels leider auch das Risiko einer Karies.

Bakterien können sich leichter in die Zahnfleischtaschen „entzündlich einnisten“ und werden über das Blut in den ganzen Körper transportiert.

**Folge:** Eine Parodontitis kann nicht nur zu Zahnverlust führen: Seit Anfang der 90er Jahre weiß die zahnmedizinische Forschung um den Zusammenhang zwischen chronischen bakteriellen Entzündungen und dem erhöhten Risiko für Frühgeburten sowie untergewichtigen Neugeborenen.

**Unsere Schwangerschaftsprophylaxe** bietet daher mehr als nur eine Zahnreinigung. Anhand medizinischer Parameter ermitteln wir individuell Risiken für Karies und Parodontitis und entwickeln Ihr persönliches Zahn-Gesundheitskonzept.

**Unser Ziel:** Risiken rechtzeitig zu erkennen, zu minimieren und Zähne und Zahnfleisch dauerhaft gesund zu erhalten.

### **Unsere Prophylaxe für Schwangere beinhaltet:**

- Betreuung durch eine speziell geschulte Prophylaxe-Fachkraft
- Ermittlung des individuellen Karies- und Parodontitis-Risikos
- Professionelle und schonende Reinigung der Zähne und Zahnzwischenräume
- Entfernung von Zahnstein (harten Belägen) und Zahnbelag (weichen Belägen)
- Politur der Zähne für eine glatte Oberfläche

- Säuberung der Zunge mit einer speziellen Bürste
- Verständliche Zusammenfassung aller Untersuchungsergebnisse
- Beratung für die gründliche Zahnreinigung zu Hause

### **Darauf sollten Sie ebenfalls achten:**

- Die Milchzähne entwickeln sich beim Embryo bereits ab der 6 bis 8 SSW. Eine zahngesunde Ernährung mit viel Eisen, Jod, Folsäure und Kalzium ist von Anfang an wichtig für Mutter und Kind.
- In den ersten Monaten leiden viele Frauen an Übelkeit und Erbrechen. Auch hier greift die starke Säure den Zahnschmelz an: Achten Sie darauf nicht sofort die Zähne zu putzen, sondern lieber den Mund mit einer fluoridhaltigen Mundspüllösung oder klarem Wasser auszuspülen. Eine Stunde später können Sie dann das Zähneputzen nachholen.
- Lust auf Gewürzgurke in Schokoladensoße? Durch den vermehrten sauren Speichel, der in einer Schwangerschaft produziert wird und dem „neuen Essverhalten“, entsteht leider eine ideale Karieserreger-Mischung, die den Zahnschmelz besonders angreift. Hier kann mit einer gründlichen Mundhygiene zu Hause und dem Verzicht auf zu viel „Süßes und Saures“ vorgebeugt werden.