



Schwangerschaft

Um Ihre Schwangerschaft mit einem „Gesunden Lachen“ genießen zu können, ist eine gute Mundhygiene Ihrerseits sehr wichtig.

„Jedes Kind kostet die Mutter einen Zahn...“, dieser alte Volksglaube geistert noch heute durch die Köpfe vieler werdender Mütter, obwohl es vom zahnmedizinischen Standpunkt aus widerlegt ist. Nun steckt aber in jeder Volksweisheit immer ein Stückchen Wahrheit. Statistiken besagen ebenfalls, dass fast jede werdende Mutter während ihrer Schwangerschaft unter Zahnproblemen leidet.



Sie erwarten ein Kind oder beabsichtigen schwanger zu werden? Dann stellen Sie sich folgende Frage:

Wann waren Sie zuletzt beim Zahnarzt?

Vor kurzem? Oder gehören Sie zu der großen Zahl der werdenden Mütter, die einen Zahnarztbesuch in den neun Monaten der Schwangerschaft vermeiden? Dabei ist gerade in dieser Zeit eine intensive Zahnpflege sehr wichtig.

Warum sind die Zähne während der Schwangerschaft so empfindlich?

Die hormonelle Umstellung im Körper wirkt sich auch auf das Zahnfleisch aus. Sie bewirkt eine Auflockerung der Mundschleimhaut, wodurch die schädigenden Bakterien diesen wichtigen Schutzwall des Körpers leichter passieren können. Das Zahnfleisch

ist während der gesamten Schwangerschaft weicher, manchmal sogar geschwollen und blutet schneller. Um das empfindliche Zahnfleisch nicht noch mehr zu reizen, vernachlässigen viele Schwangere die gründliche Zahnpflege. Erst Recht, wenn sie unter starker Übelkeit leiden, da die Zahnbürste dann besonders leicht Würgereize auslösen kann.

Diese verminderte Zahnhygiene bleibt jedoch nicht ohne Folgen. Es bilden sich vermehrt Beläge an den Zähnen, die als Nährboden für Karies- und Parodontitisbakterien dienen. Unbehandelt können dann die entstehenden Zahnfleischerkrankungen („Parodontose“) zum Verlust von Zähnen führen. Somit würde die Volksweisheit wieder bestätigt werden.

Nicht nur aus Sorge um Ihre eigenen Zähne sollten Sie Ihre Mundhygiene in der Schwangerschaft sehr ernst nehmen – sondern auch aus Rücksicht auf Ihr ungeborenes Kind! Untersuchungen haben gezeigt, dass bei einer fortgeschrittenen Zahnbetterkrankung Stoffwechselprodukte und Gifte der Parodontitis-Bakterien in den Blutkreislauf gelangen und in der Schwangerschaft die Entwicklung des Ungeborenen behindern können. Auch erhöht sich das Risiko für eine Frühgeburt deutlich. Die Folgen für ein zu früh geborenes Kind sind bekannt: Deutlich verzögerte körperliche Entwicklung und eine erhöhte Anfälligkeit für Krankheiten.

Parodontitis: Eine Gefahr für Ihr Kind!

Wenn Sie Ihr Kind vor Karies und Parodontitis beschützen möchten, sollten Sie als werdende Mutter und werdender Vater auf eine **eigene, sehr gute Mundhygiene** achten. Denn allein das „Löffel- oder Schnullerablecken“ durch die Eltern kann Ihr Kind mit diesen gefährlichen Bakterien infizieren. Karies und Parodontitis sind Infektionskrankheiten! Sie werden nicht vererbt!

Welche Behandlungen kann der Zahnarzt während der Schwangerschaft durchführen?

Um weder die Gesundheit Ihres Kindes noch Ihre eigene zu gefährden, sollten Sie Ihre Zähne während der Schwangerschaft regelmäßig kontrollieren lassen – und zwar **alle drei Monate!** So können Veränderungen an Zähnen und Zahnfleisch rechtzeitig erkannt und mit oft geringem Aufwand behoben werden. Ihr Zahnarzt wird jedoch nur die notwendigsten und unproblematischen Behandlungen durchführen. Liegt bei Ihnen eine Zahnfleischerkrankung vor, kann der Zahnarzt Ihnen mit geeigneten Behandlungsmethoden helfen. Eine Parodontitis kann auch während der Schwangerschaft behandelt werden! Umfangreichere Sanierungsmaßnahmen wird er verschieben, bis das Baby auf der Welt ist, um es nicht zu gefährden. Um Zahnproblemen vorzubeugen, ist es deshalb ratsam, schon **vor Beginn der Schwangerschaft** einen gründlichen Check-up der Zähne machen zu lassen!





Wie können Sie Ihre Zähne schwangerschaftsgerecht pflegen?

Putzen Sie Ihre Zähne konsequent nach jeder Mahlzeit. Am besten verwenden Sie dazu eine weiche Zahnbürste, um das empfindliche Zahnfleisch nicht unnötig zu strapazieren. Die Zahnzwischenräume einmal am Tag mit Zahnseide oder Interdentalbürstchen säubern. In den neun Monaten Ihrer Schwangerschaft sollten Sie dreimal eine **professionelle Zahnreinigung** durchführen lassen, um versteckte und schwer erreichbare Zahnbeläge sorgfältig zu beseitigen.

Nach Erbrechen nicht sofort Zähne putzen! Ihr Zahnschmelz ist durch die Magensäure angelöst. Lieber den Mund mit Wasser und anschließend mit fluoridhaltiger Mundspülung spülen und 20 Minuten bis zum Zähneputzen warten.

Üben Sie Zurückhaltung bei Süßem und Saurem. Ist die Lust auf

Schokolade an manchen Tagen groß, essen Sie lieber die halbe Tafel auf einmal, als stückchenweise über den Tag verteilt. Putzen Sie sich danach unbedingt die Zähne.

Ein „Gesundes Lachen“ kann nur dann von Dauer sein, wenn Sie für Ihre Mundgesundheit Verantwortung übernehmen und Ihre Zähne Wert schätzen.

Vertrauen Sie Ihre Zahngesundheit Profis an!

Lesen Sie hierzu auch unsere Broschüren:

- 2 – Prophylaxe
- 3 – Parodontitis
- 4 – Hilfsmittel zur optimalen Mundhygiene
- 5 – Kinderzähne



**Schleidener Straße 120
52076 Aachen-Walheim**

**Tel. 02408 - 80204
Fax 02408 - 80225**

**praxis@gesundes-lachen.de
www.gesundes-lachen.de**



Die Praxis liegt direkt an der Durchgangsstraße von Aachen-Walheim (Achtung: Geschwindigkeitskontrolle!). Per Bus erreichen Sie uns: Haltestelle Walheim: Linie 11, 35, 41, 46, 67, 68, 70, 166

Rezeptionszeiten

Montag, Dienstag, Donnerstag 8 - 12 Uhr & 14 - 18 Uhr
Mittwoch, Freitag 8 - 12 Uhr

Behandlung nach Vereinbarung

8 - 19:30 Uhr (auch Samstag)



Wir setzen Sie in Zähne!

