

Рекомендации стоматолога беременным женщинам

Здоровые и красивые зубки у ребенка закладываются и развиваются еще когда вы беременны. Зачатки молочных зубов формируются на 6 - 10 неделе. Начиная с пятого месяца беременности верхние и нижние зубы начинают «созревать» и минерализоваться, молочные зубы приобретают свою форму и вид (процесс этот длится и после рождения малыша). Наиболее интенсивным темпом процесс минерализации идет после седьмого месяца и до самых родов, совпадая с минерализацией скелета у плода.

Зачатки постоянных зубов формируются с пятого месяца беременности, и этот процесс идет до исполнения пяти лет ребенку. Когда зубы начинают прорезаться минерализованы и сформированы только небольшая часть корня зуба и его коронковая часть. Зубы у вашего малыша растут и крепнут, а ваша задача помочь.

Лучшим вариантом будет, разумеется, полное лечение зубов до беременности. Однако и это не все. Вам следует посещать стоматолога всю беременность. Периодичность визитов к дантисту примерно следующая: первый раз после диагностики беременности, до 20 недель - раз в месяц, от 20 до 32 недель - два раза в месяц, после 32 недель - три-четыре раза в месяц.

Более активное течение кариеса принимает с середины беременности, вследствие проходящей минерализации зачатков зубов и после 30 недель еще усиливается, так как интенсивно минерализуется скелет плода. **Признак активности кариеса - образование новых кариозных полостей.**

При беременности, общесоматические заболевания, изменения гормонального фона и местные факторы полости рта увеличивают вероятность заболевания пародонта, что выражено в кровоточивости и отечности десен и их болезненности, а так же подвижности зубов. Чтобы это все предупредить вы должны добровольно сотрудничать с врачом-стоматологом.

Что же вам следует делать? Получать всю имеющуюся информацию, и в первую очередь из рук профессионалов. Посещая дантиста на раннем этапе беременности получить необходимые рекомендации по уходу за полостью рта и подвергнуться необходимому лечению.

Нужно знать и выполнять правильно чистку зубов, которой вы должны обучиться у врача. Некоторые важные принципы:

- Начинайте чистку постоянно с одного участка зубного ряда;
- Очищать зубы в определенной последовательности, дабы не пропустить ничего;
- Чистка должна проводиться в одном выбранном темпе, для выдержки длительности очищения;
- При рекомендации стоматолога использовать дополнительные средства профилактики: нити-флоссы, предназначенные для удаления зубного налета и остатков пищи с недоступных для щетки мест, зубные эликсиры, которыми можно прополоскать и дезодорировать рот, жевательные резинки, с сахарозаменителями, особенно ксилитом, который долго сохраняется в полости рта и благотворно воздействует на микрофлору;
- Правильно питаться. Диета подбирается строго индивидуальная, содержащая в достаточном количестве белки, углеводы и жиры, и также минеральные вещества и витамины.

Все родители хотят, чтобы их малыш был крепким и здоровым. Первый шаг на этом пути вами уже сделан, когда вы прочли этот материал и изучили эти краткие рекомендации. Более подробно вам все расскажет наблюдающий вас стоматолог. Желаем вашему малышу и вам крепкого здоровья.