



Gebeliğin ilk 3 aylık döneminde sık görülen bulantı ve kusma, ağızda asidik ortam oluşturarak diş erozyonuna neden olabilmektedir. Ağız bakımından kaçınma ve karbonhidrat tüketimindeki artış sonucunda da çürük miktarında artış gözlenmektedir.

Gebeliğe bağlı olarak annede görülen hormonal değişiklikler; **diş etlerinde kanama, kızarıklık, ödem ve hassasiyet, daha ileri durumlarda dişlerde sallanma ile ortaya çıkan diş eti enfeksiyonuna** neden olabilmektedir. Bu durum hem annenin hem de bebeğin sağlığını olumsuz yönde etkilemektedir.

Gebeliği olumsuz etkileyeceği kaygısıyla, bu süreçte genellikle diş tedavileri ertelenmektedir. Özel sağlık sorunları haricinde, gebeliğin özellikle 14. ile 20. haftalar arasındaki zamanında ağız ve diş sağlığı için gerekli birçok tedavi uygulanabilmektedir.



Gebeler bulantı ve kusmayı önleyebilmek için gün boyunca küçük besleyici öğünler tüketmelidir. Buna ek olarak, yemeklerden sonra şekerli ya da ksilitol içeren sakız çiğneyebilirler. Kusma sonrasında mide asidinin neden olabileceği diş erozyonunu önlemek için kusmadan sonra bir saat diş fırçalamamalıdır.

Gebelerde hormonal değişikliklere bağlı olarak ağız kuruluğu görülebilmektedir. Ağız kuruluğu şikayetlerini hafifletmek için bol su tüketimi veya tükürük salgısını arttırmak için şekerli ya da ksilitol içeren sakız çiğnenmesi faydalı olabilmektedir.



Gebelikte ağız ve diş sağlığının korunması ve iyileştirilmesi, annenin genel sağlığında ve yeni doğan bebeğin gelişiminde de hayati öneme sahiptir.

Doğum sonrasında ağız ve diş sağlığını geliştirmeli ve korumalıdır. Unutmamalı ki bebekler diş çürüğüne neden olan bakterileri doğar doğmaz anneden edinirler. Ayrıca, doğumdan sonra bebeğe tatlandırılmış ya da şeker içerikli gıdalar verilmemesi, pamukçuğu önlemek için diş etlerini her sabah ve yatmadan önce temiz bir bez ya da gazlı bezle silinmesi gerekmektedir.



Gebelikte görülen diş ve diş eti hastalıkları, önlenabilir ve tedavi edilebilir bir durumdur.

Anne gebelik süresince, dişlerine daha özenli bakmalı ve gebeliğin başlangıcında ve yeni sorunları geliştiğinde hemen diş hekimine başvurmalıdır.



Bu yayın, Avrupa Birliği'nin maddi desteği ile hazırlanmıştır. İçerik tamamıyla T.C. Sağlık Bakanlığı'nın sorumluluğu altındadır ve Avrupa Birliği'nin görüşlerini yansıtmak zorunda değildir.

DOĞRU YERDEN, İYİ HİZMET

Daha fazla bilgi ve destek için en yakın Göçmen Sağlığı Merkezine gelin.



www.sihhatproject.org



sihhatproject



This project is funded by the European Union.
Bu proje Avrupa Birliği tarafından finanse edilmektedir.
هذا المشروع تم تمويله من قبل الاتحاد الأوروبي

GEBELİKTE
AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI
ÖNEMLİDİR

