

О здоровых зубах малыша нужно заботиться еще во время беременности

Здоровье ребенка формируется еще до его рождения, и зубы не исключение. Вот почему так необходимо регулярно посещать врача-стоматолога на протяжении всей беременности, даже если у вас никогда не было проблем с зубами и деснами, считает врач-стоматолог городской поликлиники Олеся Турбинская.

– У женщин во время беременности часто возникают проблемы с зубами и деснами. С чем это связано?

– Таких факторов много. В первую очередь надо сказать, что большая часть кальция, поступающего в организм матери, используется для формирования костной, нервно-мышечной системы и внутренних органов малыша, что может негативно сказаться на состоянии зубов и десен. Также происходит изменение кровообращения в тканях десны, изменяется химический состав слюны, влияющий на кислотно-щелочной баланс в полости рта, происходят изменения гормонального фона. А токсикозы в течение всех триместров беременности могут привести к повышенной чувствительности зубов, развитию некариозных поражений, затруднению гигиены полости рта.



Все это может привести к заболеваниям периодонта – гингивит, периодонтит.

– Что важно знать будущим мамам?

– На протяжении беременности следует посетить стоматолога не менее четырех раз. На ранних сроках перед началом осмотра не забудьте сообщить врачу, что ждете ребенка, так как современные методы обследования, а также препараты, применяемые для лечения, не должны ни в коем случае причинить вред малышу. И обязательно поддерживайте чистоту ротовой полости.

– Правила гигиены полости рта во время беременности не меняются?

– Чистить зубы надо не менее двух раз в день, причем лучше не использовать отбеливающую зубную пасту. Обладая высокой очищающей способностью, она может травмировать эмаль и десны, и организму в этот период потребуется значительное время для восстановления. Зубную пасту лучше использовать комплексную:

направленную на укрепление эмали, защиту от кариеса и профилактику заболеваний пародонта.

– Какие зубные щетки вы посоветуете?

– Не стоит использовать жесткую зубную щетку, лучше средней жесткости, также подойдут щетки для чувствительных зубов с мягкой или ультрамягкой щетиной. Подчеркну, менять зубную щетку необходимо каждые 3-4 месяца.

Кроме того, регулярно пользуйтесь зубной нитью. Она эффективно удаляет налет и остатки пищи, предотвращает заболевания десен и возникновение кариеса.

– Обязательно ли использовать ополаскиватели?

– Желательно, хотя они относятся к дополнительным средствам гигиены полости рта. Использовать ополаскиватель следует 2-4 раза в день, как после чистки зубов, так и после приема пищи. Лучше выбирать тот, действие которого направлено на решение конкретных проблем полости рта (чувствительность зубов, воспаление десен) или комплексного действия. Также для профилактики заболеваний десен делайте массаж – эта процедура улучшает кровообращение тканей.

Подготовила Светлана ГЕРМАН