



Schwangeren-Info rund um die Zähne

Liebe werdende Mutter,

...die Zahngesundheit Ihrer Familie liegt uns am Herzen!

Unsere Empfehlungen für Sie:

Wie Sie wissen, verändern sich in der Schwangerschaft Ihre Hormone. Ihr ganzer Körper wird viel besser durchblutet, was für das Kind sehr wichtig ist, um es mit allen Nährstoffen, die es braucht, zu versorgen. Auch Ihr Zahnfleisch wird besser durchblutet, was zu Zahnfleischbluten führen kann. Dies ist nicht ungewöhnlich, sollte aber behandelt werden, denn eine tiefe Zahnbetterkrankung erhöht sogar die Gefahr einer Frühgeburt. Besuchen Sie Ihre Zahnarztpraxis für Vorsorgeuntersuchungen und Prophylaxeberatungen – zu Beginn und am Ende der Schwangerschaft.

Zahnfleischbluten ernst nehmen!

Ob sich hinter dem Zahnfleischbluten nur eine leicht behebbarere Zahnfleischreizung verbirgt oder bereits der Kieferknochen zurückgeht, kann nur der Zahnarzt / die Zahnärztin erkennen.

Fest steht jedenfalls:

- Die Schwangerschaftshormone verstärken und beschleunigen eine bestehende Entzündung!
- Wo das Zahnfleisch krank ist, entsteht auch leichter Karies! Ihr Praxisteam zeigt Ihnen, wie Sie das Bluten wieder in den Griff bekommen.

Rundum-Zahn-Schutz für Mutter und Kind!

Jetzt kommt es ganz besonders auf die **richtige** Zahnpflege an, denn Zähne und Zahnfleisch sollten gründlich, aber schonend gereinigt werden, um schädigende Bakterien zuverlässig zu beseitigen. Besonders wichtig ist auch die tägliche Reinigung und Pflege der Zahnzwischenräume - z.B. mit Zahnseide -. Denn in den engen Nischen zwischen den Zähnen verstecken sich viele Keime (Zahnbelag bzw. Plaque).

Zahnsanierung bevor das Baby kommt!

Zahnbehandlungen im 2. Drittel der Schwangerschaft sind kein Problem - auch eine Betäubung ist dann ohne Risiko für das Kind möglich.

Unbehandelte Karies im Mund der Eltern kann später auf das Kind übertragen werden.

Gesunde Ernährung für Sie und die ganze Familie –
folgen Sie der Initiative **„Mama, das wünsch' ich mir von dir!“**:

- Reichlich Gemüse, Obst,
Vollkorn- und Milchprodukte
- Wasser als Durstlöcher.
Lass süße Getränke stehen
- Alkohol und Qualm –
Nein, danke
- Runter vom Sofa – Bleib fit
auch in der Schwangerschaft
- Stillen ist für uns das Beste

Infos zur Zahngesundheit Ihres Kindes finden Sie im...

Zahnärztlichen Kinderuntersuchungsheft

Dieses ist für Sie eingeklebt im kinderärztlichen U-Heft.

Falls Sie es dort nicht finden, wenden Sie sich bitte an Ihre
Zahnarztpraxis!



*Besuchen Sie uns auch im Internet:
Jugendzahnpflege Niedersachsen*

Blieben Sie und Ihre Familie zahn - gesund!
Ihre

ZKN
Zahnärztekammer
Niedersachsen



Herausgeberin und Gesamtgestaltung

Zahnärztekammer Niedersachsen
Zeißstraße 11a, 30519 Hannover
Tel. 0511/83391-0, Email: info@zkn.de
www.zkn.de

Verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes

Henner Bunke, D.M.D./Univ. of Florida,
Präsident der Zahnärztekammer Niedersachsen

© 2021

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopien, Mikro-Film oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung der Herausgeberin reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, bearbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden. Ausgenommen hiervon ist die nicht-gewerbliche Nutzung durch Mitglieder der Zahnärztekammer Niedersachsen und deren Mitarbeitern zu eigenen beruflichen Zwecken. Zuwiderhandlungen unterliegen den Strafbestimmungen des §§ 106 ff. des Urheberrechtsgesetzes.

Druck

Druckerei Mantow GmbH
Hägenstraße 9, 30559 Hannover

Stand: Oktober 2021