

**В огромном перечне болезней можно назвать не много таких, которыми обязательно переболевает абсолютное большинство людей на Земле, среди них – стоматологические заболевания.**

К одной из групп повышенного риска возникновения стоматологических заболеваний относятся женщины и, прежде всего, беременные, поскольку от их здоровья вообще и стоматологического, в частности, зависит во многом здоровье будущего ребенка.

У беременных женщин в результате гормональных изменений в организме наблюдается ухудшение стоматологического статуса; им приходится сталкиваться с различными болезнями периодонта, такими как ГИНГИВИТ, пародонтоз, а также кариес и другие.

### **Что такое гингивит и причины его возникновения?**

**Гингивит** – это воспаление десен без нарушения целостности пародонта. Ведущая роль в его развитии принадлежит бактериальной и вирусной инфекциям.

**Основными причинами возникновения гингивита могут быть:**



■ **Во время беременности** – в результате увеличения количества женских половых гормонов.

■ **Несоблюдение** правил личной гигиены.

■ **В результате постоянного травмирования десны** острым краем разрушенного зуба, зубным камнем, нависающим краем пломбы плохо пригнанными коронками или зубными протезами.

■ **При ожогах десны**, в т.ч. кислотами и щелочами.

■ **При витаминной недостаточности.**

■ **Проявлением аллергических реакций.**

■ **Эндокринных нарушений.**

■ **Болезней** желудочно-кишечного тракта, почек, системы крови и т.д.

### **Признаки заболевания**

Уже в первые 3-4 месяца беременности проявляются начальные признаки заболевания, это:

- **кровоточивость десен;**
- **зуд;**
- **отек.**

Во втором и третьем триместре такие явления обычно обостряются и признаки данного состояния наблюдаются практически у всех беременных.

**Гингивит может возникнуть остро или протекать хронически. Острая форма** чаще развивается на фоне общей инфекции или интоксикации. Она нередко возникает в период беременности, весеннего гиповитаминоза, после перенесенного ОРЗ, при нарушении менструального цикла и т.п. При острой форме возможны плохое общее самочувствие, подъем температуры тела.

**Хронический гингивит** возникает вследствие недостаточного ухода за полостью рта, наличием зубного налета и камней. Воспаление протекает вяло, десна имеет синюшный цвет, кровоточит. Периодически возникают обострения. Начало хронического гингивита может быть и безболезненным.

### **Лечение стоматологических заболеваний и меры профилактики**

Лечение болезней периодонта и кариеса, в том числе, удаление разрушенных зубов **лучше проводить до беременности**. Если же этого не произошло, то в **срок 12-32 недели**.

Профилактические осмотры у беременных женщин проводятся **в 6, 16, 26 и 36 недель**.

В период беременности и после рождения ребенка женщина должна особенно внимательно следить за своим здоровьем и состоянием ротовой полости.



**Профилактические мероприятия также включают:**

■ **Поддержание** в идеальном состоянии полости рта на протяжении всех 9 месяцев и после того, как ребенок родится на свет, поскольку патогенные микробы мать может передать малышу во время поцелуя или близком контакте.

■ **Зубы следует чистить не реже 2-х раз в день** фтор-содержащей зубной пастой, используя щетки с нормальной или средней степени жесткости щетиной, зубными нитями, ершиками.

■ **При гингивите беременных** всегда повышенная кровоточивость десен, поэтому многие женщины перестают

чистить зубы. Не прекращать гигиенические мероприятия по уходу за полостью рта, необходимо выбрать зубную щетку с мягкой щетиной и ополаскиватели полости рта на основе трав.

■ **Соблюдать режим питания будущей мамы** – необходимое условие нормального течения беременности, роста и развития плода. Прием пищи должен быть не более 5 раз в день, учитывая перекусы между едой.

■ **Больше употреблять продуктов, содержащих фтор** (морская рыба) и кальций (творог, сыр, молоко, а также фторированная соль). Даже самая сбалансированная диета не может восполнить организм будущей мамы необходимыми витаминами и минеральными веществами.

■ **Витамины и минеральные вещества** должны поступать в организм будущей мамы ежедневно. Выбирая мультивитаминный комплекс, необходимо ознакомиться с его составом и обязательно проконсультироваться с гинекологом.



**Женщина, готовящаяся стать матерью, должна всегда помнить:**

**От ее здоровья вообще и стоматологического, в частности, зависит не только здоровье ее ребенка, но и его здоровое будущее!**

Автор:

Мартинкевич Н.О. –  
зав.стоматологическим  
отделением 14 ЦРП

Редактор:

Арский Ю.М.

Художественное оформление:

Бибова Е.Г.

Компьютерная верстка:

Дудько А.В.

Ответственный за выпуск:

Тарашкевич И.И.

УЗ «14-я Центральная районная поликлиника»  
Городской Центр здоровья

## Профилактика стоматологических заболеваний у беременных женщин



Минск