

HYGIÈNE BUCCO-DENTAIRE ET GROSSESSE

HYGIÈNE BUCCO-DENTAIRE QU'EST-CE QUE C'EST ?

- Prendre soins de ses dents
- Faire des visites régulières chez le dentiste : au moins 2 fois par an
- Se brosser les dents après chaque repas, ou au minimum, 2 fois par jour

PRENDRE SOINS DE MES DENTS POUR

- Ne pas avoir de caries
- Ne pas avoir de parodontite : maladie inflammatoire buccale
- Avoir des dents en bon état

AVOIR LES DENTS ABIMÉES C'EST

- Douloureux
- Un moins beau sourire
- Une mauvaise haleine
- Des difficultés pour parler
- Des difficultés pour manger

LE BROSSAGE

C'est après chaque repas et au minimum 2 fois par jour.
Le brossage du soir est très important.

Si vous n'avez pas de quoi vous brosser les dents, vous pouvez :

- Vous rincer la bouche avec de l'eau
- Prendre un chewing-gum sans sucre
- Mettre un peu de dentifrice sur votre doigt
- Vous brosser les dents sans dentifrice

Le brossage c'est 2 minutes, depuis la gencive vers les dents, sur toutes les faces. On n'oublie pas la langue.

Entre le 4e et 6e mois après l'accouchement, un examen bucco-dentaire vous est dédié pour une visite de contrôle chez votre dentiste.

LES POINTS CLEFS DE LA GROSSESSE

Pendant la grossesse votre corps change

- Augmentation des hormones
- Nausées
- Fatigue

C'est pour cela qui est important d'être d'autant plus attentive :

- Évitez de grignoter entre les repas
- Évitez de boire des boissons sucrées
- Si vous vomissez, rincez-vous simplement la bouche avec de l'eau pour commencer. Attendez au moins 30 minutes pour utiliser du dentifrice.

Si on y fait attention,

on NE perd PAS une dent à chaque grossesse

CONSULTATIONS DENTAIRES, À SAVOIR

RADIOGRAPHIE DENTAIRE

Les dentistes préfèrent éviter les radiographies quand elles ne sont pas obligatoires pour éviter les risques/peurs des patientes

Les dentistes savent prendre des mesures pour réduire les risques

Les radios sont moins irradiantes qu'une journée ensoleillée

ANESTHÉSIES DENTAIRES

Non dangereuses pour le fœtus : les substances ne pénètrent pas dans le sang.

2024. Dr Caroline Avezou, chirurgienne-dentiste