



Oral Health & Pregnancy

Kernboodschappen voor vrouwen

Zorg ervoor dat
tandvleesproblemen niet
een probleem vormen
tijdens de zwangerschap



Tijdens de zwangerschap kunnen verhoogde hormoonconcentraties van invloed zijn op de manier waarop het lichaam reageert op tandplak. Dit kan leiden tot gezwollen en bloedend tandvlees (gingivitis) en tot verslechtering van ernstigere tandvleesaandoeningen zoals parodontitis. Er zijn associaties aangetoond tussen parodontitis en zwangerschapscomplicaties. Het is cruciaal van belang om tijdens de zwangerschap het gebit en tandvlees gezond te houden, zowel voor de zwangere vrouwen als voor hun ongeboren kinderen.

Ken de symptomen

Je kan controleren op duidelijke tekenen van een ziekte in je mond. Let in het bijzonder op ontsteking van je tandvlees of bloedend tandvlees. Je moet ook letten op andere tekenen of symptomen – zoals pijn bij het kauwen, slechte adem (halitose), teruggetrokken tandvlees en losstaande tanden. Als u een of meerdere van deze symptomen heeft, moet u een tandarts of een andere tandheelkundige professional bezoeken.

Veranderingen in het tandvlees

Ontstoken tandvlees komt veel voor tijdens de zwangerschap, maar hoeft geen reden tot ongerustheid te zijn. Met geschikte preventieve maatregelen is deze ontsteking gewoonlijk van korte duur en zal het tandvlees na de bevalling weer normaal worden. Maar als u merkt dat uw tandvlees gezwollen is, moet u een tandarts of een andere tandheelkundige professional voor een diagnose raadplegen.

Preventie

Om problemen te voorkomen, zelfs zonder tekenen van ziekte, moet u goed voor uw tanden en tandvlees zorgen. Het beste is om uw tandarts of mondhygiënist om advies te vragen voor individuele instructies. U kunt dan tips vragen over mondhygiëne maatregelen en middelen die u zou moeten gebruiken tijdens de zwangerschap. Een algemeen advies is tweemaal per dag poetsen met een hand- dan wel elektrische tandenborstel, idealiter met antibacteriële tandpasta, en het gebruik van hulpmiddelen om tussen de tanden schoon te maken (floss, tandenstokers, ragers etc.).

Tandvleesaandoening (parodontale aandoening)

Als een parodontale aandoening is gediagnostiseerd (gingivitis of parodontitis), kan deze tijdens de zwangerschap veilig behandeld worden. In feite zijn de risico's van geen behandeling veel erger dan de kleine trauma die eventueel door de behandeling veroorzaakt kan worden, als u merkt dat uw tandvlees rood en gezwollen is en het bloedt of is er sprake van

terugtrekkend tandvlees, neem dan zo snel mogelijk contact op met uw tandarts of tandheelkundige professional. De beste tijd voor behandeling tijdens de zwangerschap is de tweede en derde trimester, of liever nog vóór het conceptie.

Parodontale behandeling

Er is aangetoond dat parodontale interventies effectief zijn bij het verbeteren van tandvleesgezondheid bij de zwangere vrouwen. Deze behandelingen kunnen het beste worden gedaan vóór conceptie of tijdens de tweede trimester van de zwangerschap. Het is afgeraden om de behandelingen tijdens de eerste trimester te laten uitvoeren.

Röntgenstraling en verdooving

Röntgenfoto's kunnen veilig gemaakt worden vanaf het tweede trimester. Tevens kan er zonder toegevoegde risico's verdooving toegediend worden.

Pijnstillers en antibiotica

Het gebruik van gewone pijnstillers en systemische antibiotica tijdens de zwangerschap is over het algemeen veilig, maar is geadviseerd om uw verloskundige te raadplegen. Tetracyclines moeten echter vermeden worden.

Parodontale gezondheid en zwangerschapscomplicaties

Als u zwanger bent of van plan bent om zwanger te worden, moet u weten dat er mogelijk een verband is tussen uw tandvleesgezondheid en mogelijke zwangerschapscomplicaties. Hierdoor kan een parodontale behandeling noodzakelijk zijn. Het beste is dat deze behandeling vóór conceptie uitgevoerd wordt, anders is het alternatief in tweede of derde trimester van de zwangerschap. Zwangerschapscomplicaties en parodontale aandoeningen delen ook enkele belangrijke risicofactoren zoals roken. Hierdoor is het van belang om bewust te zijn van de noodzaak om een gezonde levensstijlgevoontes aan te nemen.

