

Für einen guten Anfang...

Schwangerschaft ist ein natürlicher Vorgang und kommt in der Regel ohne Eingriffe von außen aus. Eine sorgfältige Schwangerschaftsbetreuung, auch durch den Zahnarzt, vermeidet einen Großteil der Risiken für Sie und Ihr Kind.

Was passiert in meinem Mund?

Aufgrund der Hormonumstellung werden die Schleimhäute stärker durchblutet, das Bindegewebe wird durchlässiger für schädliche Bakterien. Das Zahnfleisch wird weicher und schwillt an. Dadurch kann es vermehrt zu Zahnfleischwucherungen, -blutungen und auch starkem Mundgeruch kommen. Die antibakterielle Wirkung des Speichels ist vermindert und das Kariesrisiko steigt. Diese Veränderungen beginnen bereits ab dem 3. Schwangerschaftsmonat.

Was kann ich tun?

Vereinbaren Sie mit dem Beginn der Schwangerschaft einen Termin auch beim Zahnarzt. Wir informieren Sie über Möglichkeiten der Vorsorge und stellen Ihr individuelles Prophylaxeprogramm, auch für die häusliche Zahnpflege, zusammen. Eine Entzündung des Zahnhalteapparates (Parodontitis) schwächt nicht nur das Immunsystem, sondern erhöht auch das Risiko einer Frühgeburt.

Behandlung während der Schwangerschaft - geht das überhaupt?

- Umfangreichere Zahnbehandlungen sollten erst ab dem 4. Monat angedacht werden, chirurgische Eingriffe erst nach Geburt/Stillzeit.
- keine Amalgamfüllungen – Gefahr einer Quecksilberfreisetzung
- Röntgen nur bei dringender Indikation
- Es gibt schmerzstillende/betäubende Medikamente, welche speziell auf die Bedürfnisse Schwangerer abgestimmt sind – denn eine stressfreie Behandlung der Mutter ist auch gut für das ungeborene Kind.
- Unbehandelte Infektionen können das Kind gefährden (Risiko Frühgeburt).

Was geschieht bei meinem Kind?

Bereits in der 6.-8. Schwangerschaftswoche entwickeln sich Vorläufer der Milchzähne. In der 20. Schwangerschaftswoche bilden sich die ersten Anlagen der bleibenden Zähne. Wenn sich die Mutter gesund und nährstoffreich ernährt, schafft sie gute Voraussetzungen für die Zahn- und Knochenentwicklung ihres Kindes.

Ernährungshinweise

Wir empfehlen eine ausgewogene Ernährung, bestehend aus Milch und Milchprodukten, frischem Obst und Gemüse, Vollkornprodukten sowie Speisen mit einem hohen Gehalt an Vitaminen, Mineralsalzen und Spurenelementen. Ab dem 4. Schwangerschaftsmonat kann die Einnahme von Aufbaukalk 1 und 2 sinnvoll sein.



Versuchen Sie den häufigen Genuss von extrem süßen und säurehaltigem Nahrungsmitteln zu vermeiden, da der Zahnschmelz dadurch angegriffen wird.

Wichtigste Tipps

- 3x tägliches Zähne putzen mit einer weichen Zahnbürste
- Verwendung alkoholfreier Mundspül-lösungen auf Basis von Aminfluorid/Zinnfluorid, besonders wenn Sie zu morgendlichem Erbrechen neigen
- frühestens 30 min. nach dem Erbrechen die Zähne putzen, da aufgrund des hohen Säuregehaltes der Magensäure der Zahnschmelz durch putzen noch zusätzlich angegriffen wird
- Prophylaxe möglichst 2x während der Schwangerschaft, am besten eignen sich der 4. und 8. Schwangerschaftsmonat



Das Kind ist da

Stillen Sie, wenn möglich, Ihr Kind. Dies stärkt nicht nur das Immunsystem Ihres Kindes, sondern fördert den Lippenschluss und die Ausformung des Kiefer. Häufig wird Ihrem Kind bereits in der Klinik ein Kombipräparat Vitamin D/Fluoretten verordnet (systemische Fluoridierung). Diese Art der Fluoridierung hat aus zahnärztlicher Sicht jedoch eine deutlich schlechtere Wirkung als die ab dem 1. Zahn verwendete Kinderzahncreme (lokale Fluoridierung) mit 500ppm Fluorid (ppm= parts per million). Auf Ihren Wunsch ist statt des Kombipräparates auch die Verordnung eines einfachen Vitamin D-Präparates möglich.