

## **Zahnpflege in der Schwangerschaft - Prophylaxe ist Pflicht!**

Die Hormone spielen verrückt, die Stimmungsschwankungen werden täglich größer und die körperlichen Veränderungen zusehends deutlicher. Eine Schwangerschaft hat Auswirkungen auf den gesamten Körper, Zähne und Zahnfleisch bilden hier keine Ausnahme.

Schwangerschaftshormone führen zu einer vermehrten Durchblutung der Schleimhaut in Verbindung mit einer Auflockerung des Gewebes. Die chronische Entzündung des Zahnhalteapparates - die Parodontitis - kann dadurch ausgelöst und bestehende Erkrankungen können verstärkt werden. Erstes Warnzeichen: Zahnfleischbluten!

In den ersten drei Monaten der Schwangerschaft verursacht die Hormonumstellung extreme Veränderungen im Körper. Die regelmäßige zahnärztliche Kontrolle schon mit Beginn der Schwangerschaft ist daher äußerst wichtig. Eine moderne Prophylaxe, wie das Konzept Scan, bietet dabei mehr als die Reinigung der Zähne. Anhand medizinischer Parameter werden individuelle Risiken für Karies und Parodontitis ermittelt und ein persönliches Zahn-Gesundheitskonzept entwickelt. Das Ziel: Risiken rechtzeitig zu erkennen, zu minimieren und Zähne und Zahnfleisch dauerhaft gesund zu erhalten.

Eine Parodontitis kann übrigens nicht nur zu Zahnverlust führen: Seit Anfang der 90er Jahre weiß die zahnmedizinische Forschung um den Zusammenhang zwischen chronischen bakteriellen Entzündungen und dem erhöhten Risiko für Frühgeburten sowie untergewichtigen Neugeborenen. Während der Schwangerschaft produziert der Körper vermehrt Speichel, der besonders sauer ist und den Zahnschmelz angreift - Kariesbakterien können jetzt leichter in den Zahn eindringen. Hier kann mit einer gründlichen Mundhygiene zu Hause und dem Verzicht auf zuviel "Süßes und Saures" vorgebeugt werden.

In den ersten Monaten leiden viele Frauen an Übelkeit und Erbrechen. Danach sollten die Zähne nicht sofort geputzt werden, denn auch hier greift die starke Säure den Zahnschmelz an. Lieber den Mund mit klarem Wasser oder einer fluoridhaltigen Mundspüllösung ausspülen und das Zähneputzen eine halbe Stunde später nachholen.