

Può la gravidanza influenzare

la mia igiene orale?

L'igiene orale durante la gravidanza

Denti e gengive sane durante la gravidanza hanno molti effetti positivi sulla madre e sul nascituro.

Il corpo della donna è soggetto a tanti cambiamenti durante la gravidanza. Alcuni di questi possono influenzare la salute delle gengive e dei denti.

- I cambiamenti dei livelli ormonali possono provocare gonfiori alle gengive, che sanguinano quando si usano lo spazzolino ed il filo interdentale.
- Gengive e denti sani possono ridurre il rischio della nascita di un neonato prematuro o sottopeso.
- La nausea mattutina può lasciare acidi gastrici in bocca. Questi acidi possono danneggiare la superficie dei denti e promuovere la formazione della carie.



Aiutarsi

Prestare attenzione alla propria igiene orale è sempre una buona idea, ma, durante la gravidanza, ci sono accorgimenti particolari che possono essere seguiti con buoni risultati.

- Tenere la bocca pulita. Lavare i denti due volte al giorno, usando un dentifricio a base di fluoro.
- Passare il filo interdentale quotidianamente per rimuovere la placca dagli interstizi dei denti e delle gengive.
- Mangiare cibi sani e nutrienti.
- Cercare di mangiare toast secchi o cracker non salati prima di alzarsi da letto alla mattina, per cercare di prevenire la nausea mattutina.
- Dopo aver rimesso, risciacquare la bocca con acqua o con un collutorio a base di fluoro. I risciacqui aiutano a proteggere i denti dai danni provocati dagli acidi gastrici.
- Per rispondere alle vostre domande sull'igiene orale, consultate il vostro dentista o igienista.

I dentisti prestano un'attenzione speciale alle donne incinta

Il dentista e l'odontoigienista sono specializzati nel prendersi cura dell'igiene orale delle donne incinta. È consigliabile prenotare una visita nei tre mesi intermedi della gravidanza.

- Comunicare al dentista di essere incinta.
- È importante effettuare la pulitura e i controlli dentali prima, durante e dopo la gravidanza .
- Posporre le radiografie di routine dopo la gravidanza.
- Se il dentista dovesse raccomandare delle radiografie, l'ufficio dentistico fornirà un corsetto in piombo per schermare la donna ed il bambino dalle radiazioni di basso dosaggio usate.
- Evitare di assumere farmaci o medicazioni, quando incinta. Qualora cure dentistiche d'emergenza dovessero richiedere la somministrazione di farmaci, discutere in anticipo con il dentista e con il medico di famiglia come assumerli.



Per ulteriori informazioni contattare:
INFOline 1-800-268-1154 – Toronto 416-314-5518
TTY (telescrivente) 1-800-387-5559
www.gov.on.ca/health
o la vostra unità sanitaria locale pubblica.

For information in English, contact:
1-800-268-1154 – Toronto 416-314-5518
TTY 1-800-387-5559
www.gov.on.ca/health

Tratto da materiali informativi sviluppati dalla
Amministrazione comunale della città di Ottawa,
People Services Department