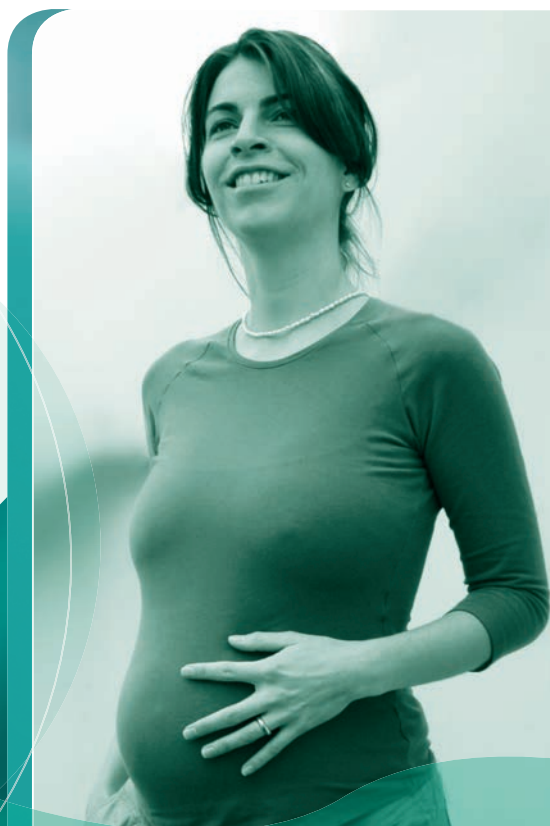


Des dents saines pour la femme enceinte et son bébé



Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft

Société Suisse d'Odonto-stomatologie

Società Svizzera di Odontologia e Stomatologia

SSO

La santé dentaire durant la grossesse

Le vieux dicton «chaque grossesse fait perdre une dent» fait partie des mythes tenaces. Pourtant, des soins dentaires adéquats, une alimentation équilibrée et des contrôles réguliers permettent de garder des dents et des gencives saines, même durant la grossesse.



Il est possible d'éviter l'inflammation des gencives

Les modifications hormonales durant la grossesse rendent les gencives particulièrement vulnérables à l'inflammation. Pour cette raison, l'élimination méticuleuse et quotidienne des dépôts bactériens de la plaque dentaire revêt une importance particulière pendant la grossesse.

Demandez conseil à votre médecin dentiste pour savoir quels sont les moyens les plus appropriés pour maintenir une bonne hygiène bucco-dentaire et éliminer le mieux possible la plaque dentaire contenant les germes pathogènes.



Voici comment éviter les lésions dentaires

Plaque dentaire et sucre = carie

La fréquente consommation de sucre entraîne la formation de caries. Veillez en particulier à ne pas consommer de snacks contenant du sucre, ni de boissons sucrées. La consommation excessive de sucre n'est pas bénéfique pour l'enfant. De plus, elle entraîne un excès de poids et des caries chez la mère.

Vomissements = dissolution de l'émail dentaire

Après des vomissements ou une régurgitation acide, il est important de se rincer immédiatement la bouche avec de l'eau ou, mieux encore, avec un bain de bouche fluoré. Evitez de vous brosser les dents dans les minutes qui suivent: en effet, l'émail dentaire



aura été ramolli par le contenu gastrique, très acide, et un brossage risque d'enlever cette surface d'émail fragilisé.

Les boissons acides sont nuisibles pour les dents

Les limonades, thés froids, jus de fruits et autres boissons acides sont nuisibles pour les dents, et cela pour deux raisons:

L'acide ramollit la surface de la dent (érosion); de plus, le sucre sert de nourriture aux bactéries de la plaque, ce qui peut provoquer des caries.

Attention, ces boissons acidulées donnent souvent une impression de douceur.



...et le bébé?

Une bonne hygiène bucco-dentaire tout au long de la grossesse ne réduit pas seulement le risque de carie et d'inflammation de la gencive pour la mère, mais elle évite également la transmission de bactéries nocives aux nourrissons.

Les infirmières spécialisées, les pédiatres et les médecins dentistes vous indiqueront volontiers les mesures à prendre pour que votre bébé garde des dents saines.





Eviter les caries

Fluorures = protection contre la carie

Pour une prévention efficace contre la carie, vous avez besoin d'un dentifrice fluoré et de sel de cuisine fluoré (emballage avec une bande verte).

Le cas échéant, votre médecin dentiste peut vous recommander des mesures complémentaires comme la gelée fluorée ou des bains de bouche fluorés.



Le petit bonhomme en forme de dent avec un parapluie = produits qui ménagent les dents

Si vous ne voulez (ou ne pouvez) pas renoncer aux sucreries, nous vous recommandons les produits «sympa-dent», reconnaissables au logo du petit bonhomme en forme de dent avec un parapluie. Ces produits contiennent des succédanés de sucre ainsi que des édulcorants. Ils sont sans risque pour les dents.



En résumé

De belles dents saines garantissent une meilleure qualité de vie.

Oubliez le mythe selon lequel chaque grossesse fait perdre une dent.

Procédez à un brossage des dents au moins deux fois par jour avec un dentifrice fluoré.

Utilisez exclusivement du sel fluoré à la maison.

La consommation excessive de sucre et de boissons acides, ainsi qu'une hygiène buccale insuffisante sont les principales causes des lésions dentaires.



La plaque entraîne la formation de caries et l'inflammation des gencives.

Pendant votre grossesse, demandez conseil à votre médecin dentiste et à son équipe et faites-vous expliquer toutes les mesures de prévention ainsi que les moyens vous permettant d'assurer une hygiène bucco-dentaire correcte. Vous éviterez ainsi non seulement les caries mais aussi l'inflammation des gencives.

Ces mesures de prévention auront également un effet positif sur la santé des dents de votre enfant.



Impressum

11.4.2006
Grafik: Atelier Mauslick, Belp
Druck: Jordi AG, Belp

Les Centres universitaires de médecine dentaire de Bâle, Berne, Genève et Zurich

ASP Association Suisse de Pédiodontie

SSRP Société suisse de médecine dentaire préventive et restauratrice

SSP Société Suisse de Pédiatrie

SSGO Société Suisse de Gynécologie et d'Obstétrique

FPA Forum Pédiatrique Ambulatoire

ASIP Association suisse des infirmières HMP de santé publique

Le président
de la commission
Prof. Adrian Lussi,
Université de Berne



www.sso.ch