

Est-ce que grossesse et problèmes dentaires vont forcément de pair?

Pas avec une bonne hygiène bucco-dentaire!

Pendant la grossesse, il est particulièrement important d'avoir une hygiène bucco-dentaire quotidienne efficace. En effet, durant cette période, les futures mamans présentent un risque accru de maladies des gencives. En l'absence de traitement, celles-ci peuvent être préjudiciables à la croissance du fœtus et même, dans les cas les plus graves, entraîner une naissance prématurée.¹ Heureusement, une bonne hygiène bucco-dentaire est très facile à mettre en œuvre, à condition de respecter quelques points.

Conseils pour une bonne hygiène bucco-dentaire



Brossage des dents

Une bonne brosse à dents et une technique adaptée font la différence. Parlez-en à votre dentiste, il peut vous aider à améliorer vos habitudes de brossage.



Nettoyage interdentaire

Les espaces interdentaires sont des niches pour les germes responsables de maladies. C'est pourquoi il est important de les nettoyer soigneusement pour garder des gencives et des dents saines.



Bain de bouche

Utilisez un bain de bouche (sans alcool). Celui-ci peut aider à réduire la formation de plaque dentaire et à prévenir les inflammations des gencives.

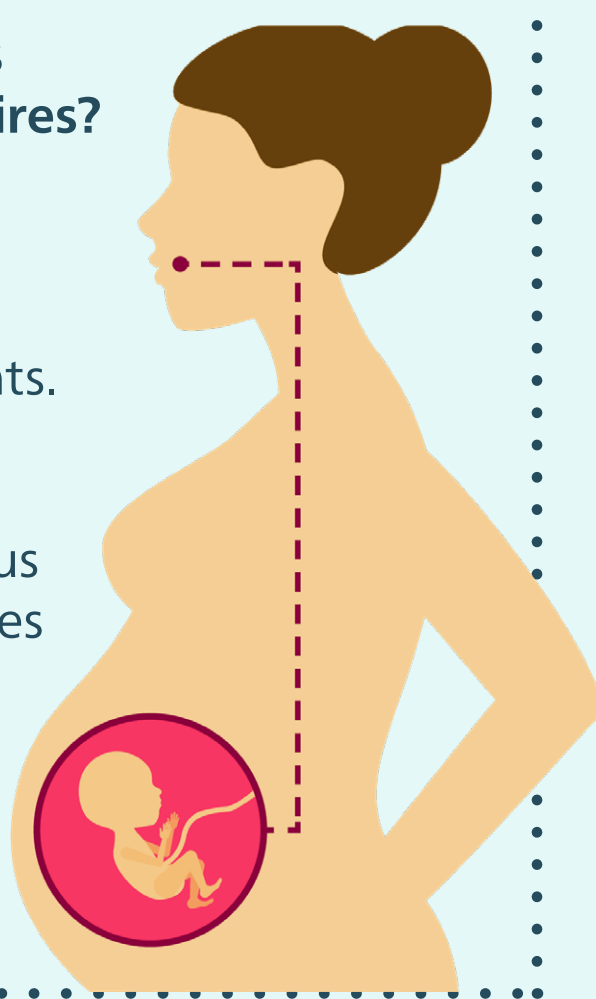


Check-ups

Avoir une bonne hygiène, c'est bien; faire des contrôles, c'est encore mieux. Même si vous prenez soin de vos dents et de votre bouche, il est recommandé de faire un contrôle dentaire tous les six mois.

Pourquoi les femmes enceintes sont-elles davantage sujettes aux problèmes dentaires?

Les carences sont plus fréquentes chez les femmes enceintes, car deux personnes puisent simultanément dans les ressources de l'organisme. Cela vaut aussi pour les dents. Par ailleurs, les changements hormonaux entraînent une augmentation de l'acidité de la salive, ce qui rend l'émail des dents plus fragile. De plus, les saignements des gencives sont plus fréquents pendant la grossesse, car la quantité de sang dans le corps est plus importante et les gencives sont plus sensibles. En conséquence, le risque d'infection est plus élevé.



Premiers signes de maladies des gencives

Vous pouvez surveiller vous-même votre santé bucco-dentaire. Guettez les signes suivants:



- Saignements des gencives lors du brossage des dents ou en cas d'utilisation de fil dentaire
- Gencives rouges, gonflées et sensibles
- Mauvaise haleine ou mauvais goût qui persiste

Vous avez constaté un ou plusieurs de ces symptômes? Dans ce cas, adressez-vous à votre cabinet dentaire.

Notre conseil

La **Philips Sonicare DiamondClean Prestige** vous aide à avoir une hygiène bucco-dentaire optimale. Sa technologie SenseIQ analyse la pression exercée sur vos dents pendant le brossage et s'adapte automatiquement pour garantir un nettoyage en douceur. La tête de brosse Premium All-in-One offre un soin complet: élimination de la plaque, dents plus blanches et soin des gencives.



¹ Erchick DJ, et al. BMJ Open 2020;10:e036515. doi:10.1136/bmjopen-2019-036515