

SCHWANGER

was verändert sich?

Die **Hormonumstellung** während Schwangerschaft & Stillzeit hat auch **Auswirkungen** auf **Zähne und Zahnfleisch**.

[zahnfleisch]



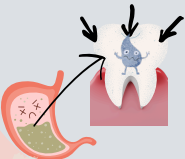
- **Östrogen**: erhöht die **Durchblutung**
→ dadurch wird das Gewebe **weicher und schwillt leicht an**
- **Progesteron**: drosselt die Abwehr
→ dadurch entstehen schneller **Entzündungen**

Achtung!

Eine bereits **vorhandene chronische Entzündung** des Zahnhalteapparates (**Parodontitis**) kann dabei **verstärkt** werden.

[übelkeit]

- Starke **Übelkeit und Erbrechen** in den ersten Monaten
- **Magensäure** kann den Zahnschmelz angreifen.
- **Mundhygiene** kann sich **verschlechtern**, wenn man durch **Würgereiz** nicht mehr so gut putzen kann



unser Tip

den Mund mit Wasser **ausspülen** -
und **1/2h abwarten**,
damit sich die Säure **neutralisiert**

[speichel]

- erhöhte **saure** **Speichelbildung**
- **Kariesbakterien** können jetzt leichter in den Zahn eindringen
- **Kariesanfälligkeit** steigt



WAS KANN ICH TUN?

je **sauberer der Mund der Mutter**, umso **geringer** das **Risiko** für eine **Frühgeburt** oder ein **geringes Geburtsgewicht!**

[Ernährung]

- Veränderte Essgewohnheiten stören **Gleichgewicht der Mundbakterien**
- Häufiger Verzehr **zuckerhaltiger** Lebensmittel
dadurch **explosionsartige Vermehrung** der **Kariesbakterien**
- **optimal:** Vollkornprodukte und viel frisches Gemüse



[optimale Mundhygiene]

- **elektrische** Zahnbürste
- Zwischenräume mit **Interdentalbürstchen**
- Zungenreinigung
- milde **alkoholfreie Mundspülung**



[PZR]

- **geringe Keimzahl** im Mund der Mutter
geringeres Kariesrisiko fürs Kind

deshalb schenken wir Ihnen eine **PZR** als **Willkommensgeschenk** für Sie und Ihr Kind!
bester Zeitpunkt dafür: **13 - 28. SSW**



[UZ-Heft]

- Viele kennen den **UZ-Pass** leider nicht!
- dieser Pass ist **-analog zu den U-Heften-** für die Zähne gedacht
- Folgende Themen werden hier abgeklärt
 - Entwicklung des Kiefers und der Milchzähne
 - **Lutschgewohnheiten**
 - **Mundhygiene**
 - Kariesrisiko
 - **Verabreichung von Fluoriden etc.**



Fragen Sie nach!