

## Schwangerschaft und Babyalter

Es stimmt nicht, dass "für jedes Kind ein Zahn" verlorengeht, (wie ein altes Sprichwort besagt) informiert die Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft (SSO). Was das heranwachsende Kind benötigt, bekommt es aus der Nahrung der Mutter. Nehmen Sie daher während der Schwangerschaft viel Milch und Milchprodukte zu sich sowie Speisen mit einem hohen Gehalt an Vitaminen, Mineralsalzen und Spurenelementen.

In der ersten Phase der Schwangerschaft müssen sich viele Frauen immer wieder übergeben. Die Magensäure greift die Oberfläche der Zähne an. Putzen Sie daher nicht sofort danach die Zähne, das würde den angegriffenen Zahnschmelz noch mehr beschädigen. Besser ist es, den Mund mit Wasser zu spülen, eventuell mit fluoridhaltigem Mundwasser.

Fluoridtabletten schützen in erster Linie die Zähne der werdenden Mutter. Die Einnahme hat für den zukünftigen Kariesschutz des Kindes nur eine geringe Bedeutung.

Zahnfleischbluten und -entzündungen begleiten oft die ersten drei Monate einer Schwangerschaft. Durch die Hormonumstellung sind die Schleimhäute - und damit auch das Zahnfleisch (Gingiva) - stärker durchblutet und das Bindegewebe aufgelockert. Die Gingiva ist nun weicher und leicht geschwollen. Zu einer Entzündung kommt es aber nur, wenn bestimmte Bakterienarten Gingiva und Parodont (Zahnhalteapparat) belasten.

### Das Minimalprogramm für Schwangere:

- Reinigen Sie Zähne und Zahnfleisch besonders genau. Nehmen Sie weiche Bürsten und täglich Zahnseide.
- Senken Sie den Zuckerkonsum.

**Zahnärztliche Behandlungen** sind bei Schwangeren eine Gratwanderung.

Einerseits darf kein Eingriff das Kind in irgendeiner Form belasten oder schädigen: möglichst **keine** Röntgenbilder, **keine** umfangreichen Amalgamentfernungen und **keine** neuen Amalgamfüllungen. Andererseits ist ein krankes Gebiss der Mutter eine schwere Belastung für die Gesundheit des Kindes. Größere, belastende oder langwierige Maßnahmen wie Kronen, Brücken, Parodontitisbehandlung oder das Ziehen eines Zahnes sollten daher **möglichst rasch** abgeschlossen werden.

Der Arzt muss in diesem Fall **Pro und Kontra** sorgfältig abwägen.

**Schwangere Frauen sollten ihre Mundpflege so wie sonst auch betreiben, nur eben noch gründlicher und konsequenter.**