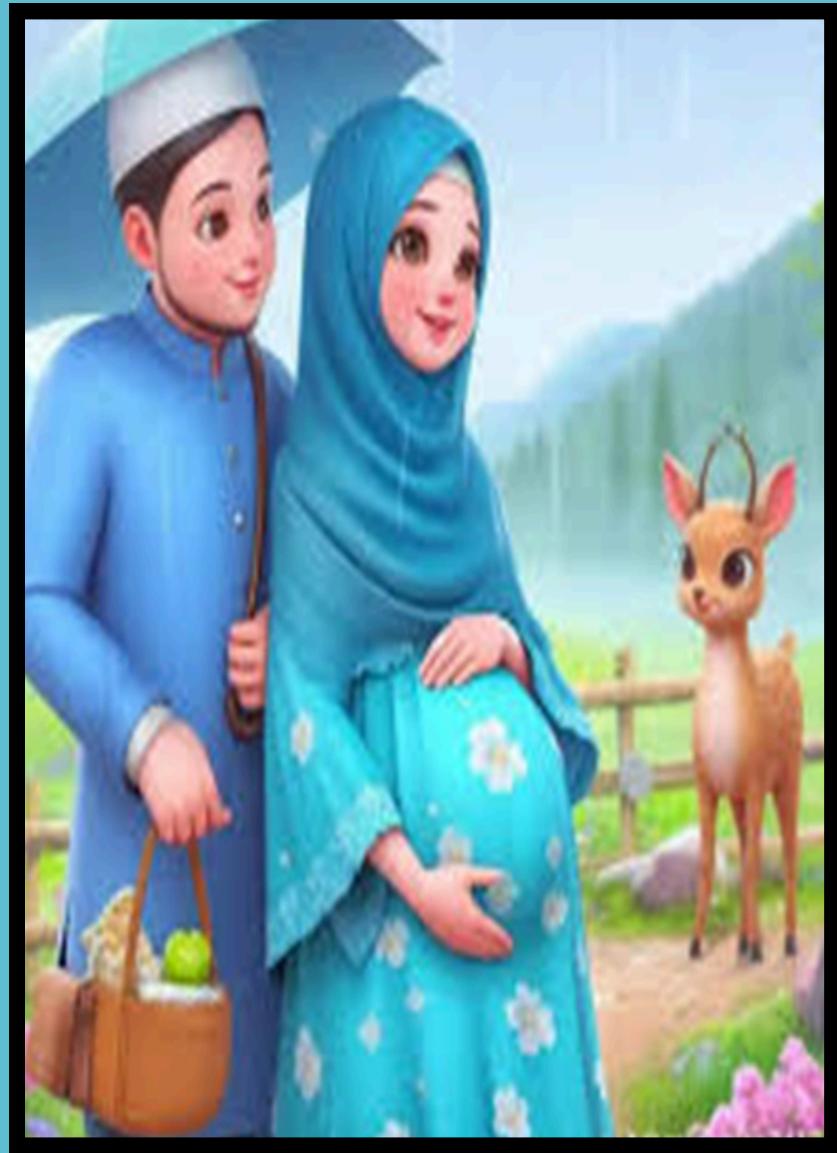


UPAYA PENCEGAHAN KARIES GIGI IBU HAMIL



IBU SEHAT ANAK JUGA SEHAT



Perkenalkan saya : Tri Suprapti

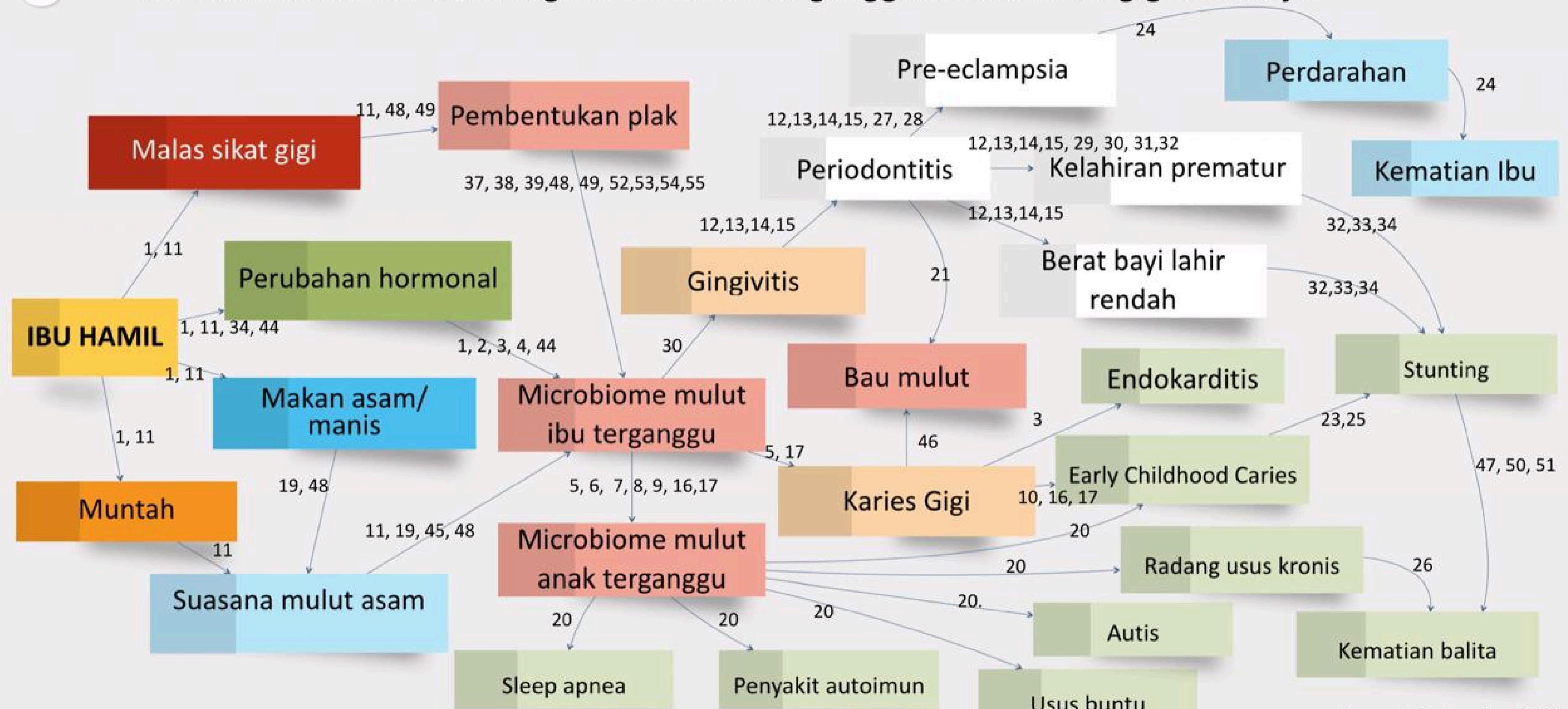
Upaya Pencegahan Karies Gigi pada Ibu Hamil (Edukasi Kesehatan Gigi dan Mulut untuk Ibu Hamil)

TUJUAN :

- ✓ Meningkatkan kesadaran tentang pentingnya kesehatan gigi saat hamil
- ✓ Menjelaskan cara pencegahan karies gigi
- ✓ Memberikan tips praktis perawatan gigi selama kehamilan dan setelah melahirkan



Gambaran sederhana hubungan ibu hamil dan gangguan kesehatan gigi mulutnya



MENGAPA KESEHATAN GIGI PENTING SAAT HAMIL?



- 1. RESIKO KESEHATAN GIGI SAAT HAMIL:**
2. **Perubahan Hormon:** Meningkatkan risiko plak, radang gusi, dan karies gigi.
 3. **Mual dan Muntah:** peningkatan kadar keasaman di mulut yang dapat merusak gigi.
 4. **Infeksi mikroba (bakteriemia):** Melalui karies dan radang gusi dapat menyebabkan kelahiran prematur, BBLR, dan preeklamsia, stunting
 5. **Gigi Sehat:** Penting untuk nutrisi ibu dan janin.
 6. Jaga kesehatan gigi agar tetap aman selama kehamilan.

RISIKO PADA IBU HAMIL

Perubahan hormon (estrogen & progesteron) → meningkatkan risiko peradangan gusi (gingivitis).

Mual dan muntah (morning sickness) → asam lambung merusak enamel gigi.

Ngidam makanan manis → meningkatkan risiko karies gigi.

Kurangnya perawatan gigi rutin selama kehamilan → penumpukan plak, infeksi gusi (periodontitis).



CARA PENCEGAHAN KARIES IBU HAMIL



1. Menggunakan Triplak gel untuk menGEcek plak
2. Menyikat gigi minimal 2 kali sehari dengan pasta gigi berfluoride.
3. Menggunakan calcium fosfat topikal (tooth mousse)
4. Menggunakan benang gigi (dental floss) secara teratur.
5. Pemeriksaan gigi minimal sekali selama kehamilan (idealnya trimester kedua).
6. Menghindari makanan tinggi gula, serta berkumur setelah muntah., Kumur dengan soda kue setalah satu jam baru skat gigi
7. Kurangi makan manis dan lengket
8. Ganti siakt gigi 1 bulan sekali
9. Edukasi sejak awal kehamilan oleh bidan atau dokter(minimal 1 x .selama 1 kali selama kehamilan
10. Dapatkan informasi dari tenaga kesehatan dan libatkan keluarga untuk mendukung perawatan gigi

**PENCEGAHAN LEBIH
BAIK DARI PADA
PENGOBATAN**



FAKTOR RISIKO KARIES PADA IBU HAMIL

Dampak penyakit karies (Lubang Gigi) dan periodontitis pada ibu hamil infeksi

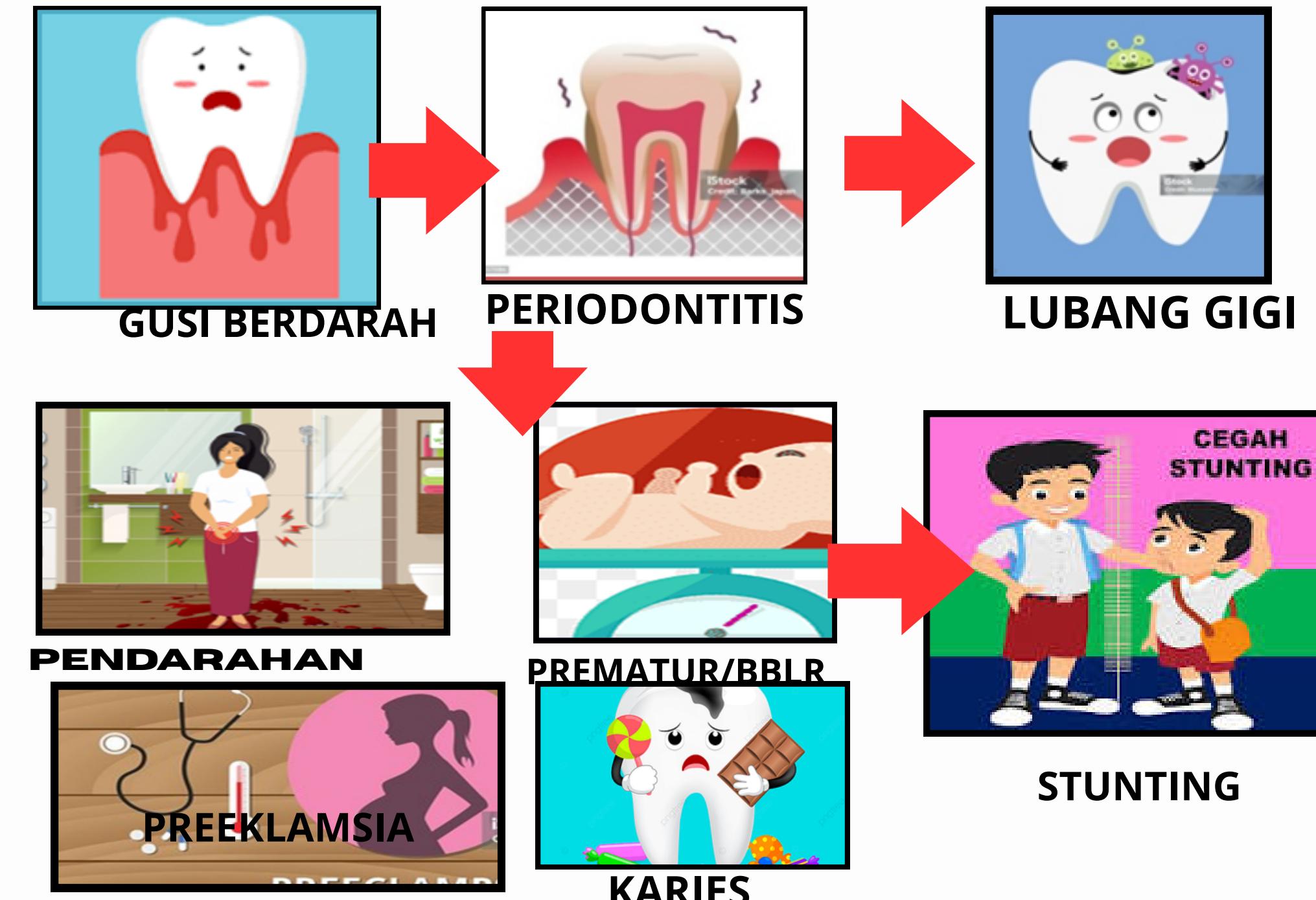
RESIKO PREMATUR -Infeksi dini Peradangan akibat BERAT BAYI LAHIR RENDAH-Peradangan akibat infeksi bisa mempengaruhi pertumbuhan janin

PENINGKATAN RESIKO PREEKLAMPSIA- Infeksi dapat mempengaruhi tekanan darah ibu

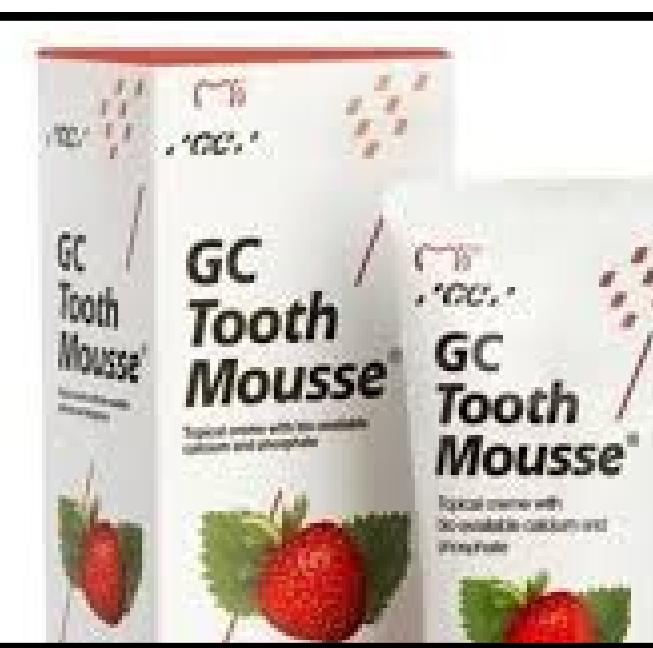
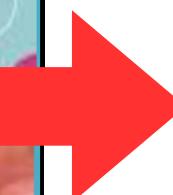
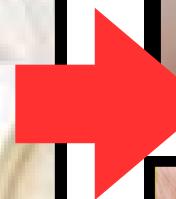
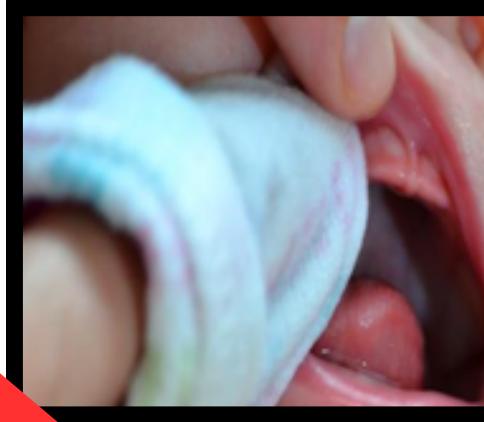
Risiko kelahiran prematur akibat infeksi gusi yang tidak ditangani.

Berat badan lahir rendah (BBLR) karena peradangan memicu peningkatan prostaglandin.

Peningkatan risiko karies dini pada bayi karena transfer bakteri dari ibu (melalui ciuman atau berbagi sendok).



PERAWATAN PADA BAYI



- Bersihkan gusi bayi dengan kasa basah sejak dini.
- Sikat gigi bayi 2x sehari saat gigi pertama tumbuh, gunakan sikat dan pasta khusus bayi.
- Hindari dan batasi penggunaan botol susu; ganti dengan gelas.
- Jangan beri botol susu saat tidur.
- Bersihkan dot, botol susu, dan kompeng secara teratur
- Hindari makanan dan minuman manis yang merusak gigi.
- Rutin beri air mineral setelah makan/minum manis.
- Cermati kondisi gigi bayi, periksa ke dokter gigi sebelum usia 1 tahun.
- Edukasi orang tua tentang kebiasaan makan sehat dan kebersihan mulut anak.



PERAWATAN ANAK BALITA

- Ibu mendampingi anak sikat gigi pagi sesudah makan dan malam sebelum tidur
- Kedrg bila gigi anak ada bercak putih
- Ibu harus awasi makanan yang manis, seperti permen, coklat
- Usahakan anak tidak pakai kompeng
- Memberi makanan dan minuman jangan di tiup
- Jangan biasakan anak minum soda
- Bawa anak kontrol ke dokter gigi



Daniati, Nia, Cahyo Nugroho, and Shantika Jachja. "PERAWATAN DAN PEMELIHARAAN KESEHATAN GIGI BAYI, BALITA DAN ANAK USIA PRASEKOLAH DALAM MEMINIMALISIR STUNTING." Indonesian Journal Of Community Service 4.4 (2024): 23-31.





Karies gigi adalah merupakan penyakit yang dinamis, dimediasi oleh biofilm, dipengaruhi oleh pola makan, disebabkan banyak kombinasi faktor tidak menular

APA ITU KARIES GIGI ?

•**Karies gigi** itu seperti sakit mata, telinga, atau luka. Harus dijaga dan dirawat supaya tidak semakin parah.

•**Karies gigi** = gigi berlubang akibat bakteri

– Penyebab utama:

- ✓ Plak gigi
- ✓ Gula dan karbohidrat
- ✓ Kurangnya kebersihan mulut

•**Gejala:** nyeri, ngilu, lubang pada gigi





PERAWATAN GIGI IBU HAMIL

MENGAPA PENTING?

- Perubahan hormon → Gusi mudah berdarah, plak meningkat
- Risiko gingivitis & penyakit periodontal
- Muntah (morning sickness) → merusak enamel

TIPS PERAWATAN GIGI

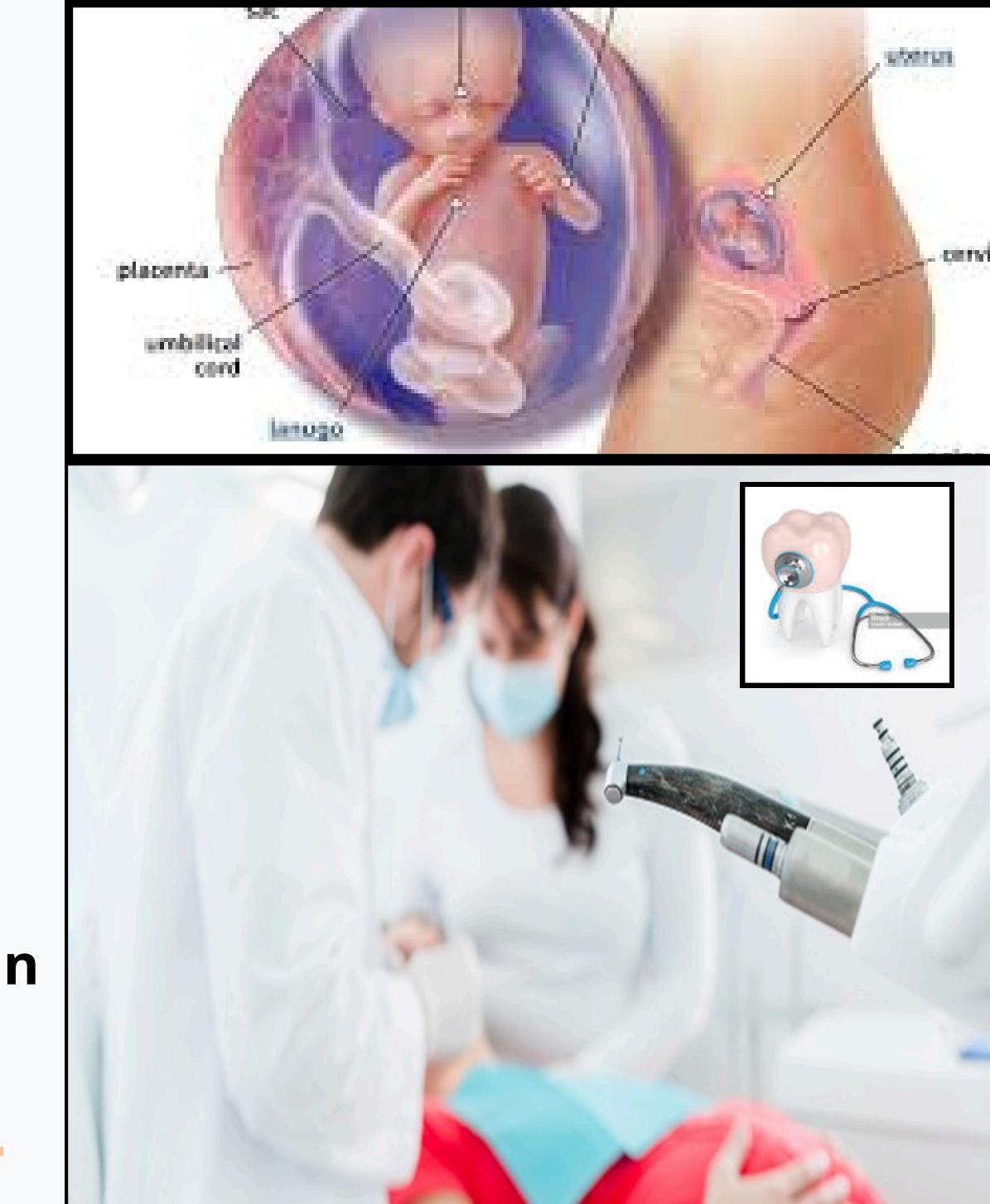
- Sikat gigi 2x sehari (fluoride)
- Gunakan benang gigi & obat kumur antiseptik
- Kumur air/baking soda setelah muntah
- Konsumsi makanan bergizi (kalsium, vitamin D)
- Kurangi makanan/minuman manis

KAPAN KE DOKTER GIGI?

- Trimester kedua = waktu teraman
- Konsultasi sebelum tindakan besar
- Pembersihan rutin & perawatan darurat aman dilakukan

4. TINDAKAN YANG AMAN

- Rontgen gigi → aman dengan pelindung
- Tambal & cabut gigi jika perlu
- Obat harus diresepkan sesuai anjuran dokter



CARA SIKAT GIGI

- 1 Siapkan gelas kumur, kaca, dan sikat gigi.
2. Tuangkan pasta gigi sebesar biji polong.
3. Gigi depan: Gerakan naik turun, sedikit melingkar dari gusi ke gigi.
4. Permukaan gigi pipi: Gerakan dari gusi ke gigi mulut sedikit dibuka
5. Permukaan gigi langit-langit: Gerakan mencungkil dari gusi ke gigi.
6. Permukaan gigi lidah: Gerakan mencungkil dari gusi ke gigi
7. Bagian dalam gigi depan: Gerakan mencungkil
8. Permukaan kunyah geraham: Gerakan maju mundur
9. Lidah: Gosok permukaan lidah dengan lembut
10. Setelah sikat gigi kumur-kumur
11. Setelah sikat gigi , kepala sikat gigi diletakan diatas



AYO SIKAT GIGI DENGAN BENAR!

The infographic is titled "AYO SIKAT GIGI DENGAN BENAR!" and contains five panels:

- Gigi bagian depan disikat dengan gerakan naik-turun atau sedikit melingkar, dari gusi menuju gigi.** (Panel 1)
- Permukaan gigi yang menghadap pipi disikat dengan gerakan gusi menuju gigi. Mulut agak dibuka sedikit sehingga sikat gigi dapat menjangkau gigi yang paling belakang** (Panel 2)
- Permukaan gigi bagian dalam yang menghadap lidah dan langit mulut disikat dengan gerakan gusi menuju gigi dan seperti mencukil. Gerakan tidak boleh terlalu kuat agar gusi tidak terluka.** (Panel 3)
- Bagian dalam dari gigi depan juga disikat dengan gerakan seperti mencukil** (Panel 4)

BERI PASTA GIGI SEBESAR KACANG POLONG (Panel 5)



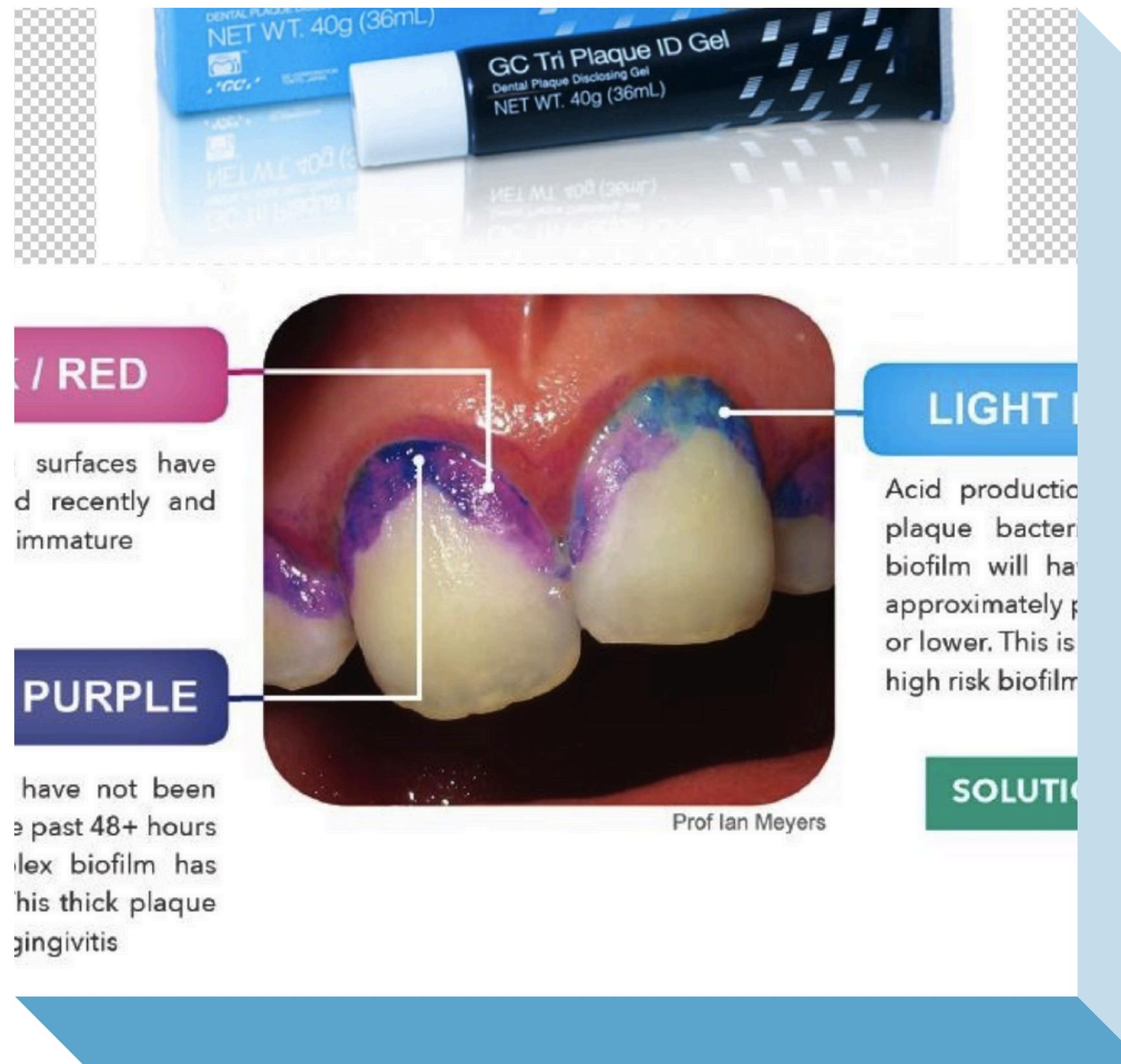
Referensi:

Andani I.G, 2018 Buku Kesehatan Anak Untuk Orang Tua Gigi Sehat , Anak Cerdas, Deepublish Yogyakarta, hal 11-18 darty, M, L, dan Margareth

2010. Dental Hygiene Theory and Praktice. Edisi Tiga. Elisevier. USA. hal.84



TRIPLAK



Apa itu triplak?

Gel yang membantu menunjukkan plak (kotoran) di gigi.

Fungsinya:

- Menunjukkan bagian gigi yang belum bersih.
- Membantu belajar cara menyikat gigi dengan benar.
- Warna pink masih baik
- Warna Biru 2 hari tidak tersikat
- warna ungu 5 hari tidak disikat

Cara pakai:

Oleskan gel ke gigi → kumur → plak akan terlihat berwarna.

TOOTH MOUSSE



Tooth MoussE ITU APA SIH?

Tooth Mousse adalah krim topikal yang mengandung CPP-ACP (Casein Phosphopeptide-Amorphous Calcium Phosphate), digunakan untuk melindungi dan memperbaiki email gigi.

Manfaat:

Menguatkan gigi dengan kalsium dan fosfat

Mencegah gigi berlubang

Mengurangi sensitivitas gigi

Menyeimbangkan pH mulut

Membantu remineralisasi enamel

Cara Penggunaan:

Oleskan tipis pada permukaan gigi setelah menyikat gigi, biarkan selama beberapa menit tanpa dibilas.

KESIMPULAN

BUNDA SEHAT ANAK JUGA SEHAT

JANGAN LUPA YA BUNDA !!!!....

- Konsumsi buah, sayur, dan cukup air putih
- Kurangi makanan manis
- OLES TRIPLAK : Triplak membantu mendeteksi plak mewarnai area yang kotor, sehingga memudahkan penyikatan gigi secara lebih efektif, warna ungu
- Sikat gigi teratur (pagi setelah makan & malam sebelum tidur) dengan sikat khusus ibu hamil
- Oleskan vitamin gigi setelah menyikat(toOTH MOUSSE)
- Periksa ke dokter gigi tiap 6 bulan
- Selalu jaga kebersihan gigi dan mulut



Ayo jaga kebersihan mulut, Bunda!

Mini Kuis: Pencegahan Karies Gigi pada Ibu Hamil

- 1. Mengapa ibu hamil lebih rentan mengalami karies gigi?***
A. Karena janin mengambil kalsium dari gigi
B. Karena perubahan hormon dan kebiasaan makan
C. Karena menyusui menyebabkan gigi rapuh
D. Karena ibu hamil jarang menyikat gigi

- 2. Kapan waktu terbaik bagi ibu hamil untuk memeriksakan gigi ke dokter gigi?**
A. Trimester pertama
B. Trimester kedua
C. Trimester ketiga
D. Setelah melahirkan

- 3. Berapa kali sebaiknya ibu hamil menyikat gigi dalam sehari?**
A. Satu kali
B. Dua kali
C. Tiga kali
D. Setiap habis makan

- 4. Dampak penyakit Lubang gigi terhadap ibu hamil?**
A. Bayi pendek
B. Prematur, BBLR/Preeeklamsia, stunting
C. Sakit gigi
D. Kue manis

- 5. Salah satu cara mencegah karies gigi pada ibu hamil adalah:?**
A. Menghindari semua makanan
B. Menyikat gigi dengan pasta gigi berfluoride
C. Menyikat gigi hanya sebelum tidur
D. Hanya berkumur dengan air



KUIS: Kesehatan Gigi pada Bayi dan Balita

1. Kapan waktu yang tepat mulai membersihkan gigi atau gusi bayi?
 - A. Setelah bayi mulai makan nasi
 - B. Setelah tumbuh gigi pertama
 - C. Saat bayi berusia 1 tahun
 - D. Saat bayi bisa menyikat gigi sendiri
2. Apakah bayi yang belum tumbuh gigi perlu dibersihkan gusinya?
 - A. Tidak perlu
 - B. Perlu, cukup sekali seminggu
 - C. Ya, setiap hari dengan kain bersih dan basah
 - D. Ya, dengan sikat gigi dan pasta gigi
3. Apa penyebab utama gigi balita mudah rusak (karies)?
 - A. Terlalu banyak tidur
 - B. Kurang minum air putih
 - C. Konsumsi susu atau makanan manis sebelum tidur tanpa membersihkan gigi
 - D. Makan terlalu banyak buah
4. Kapan anak mulai bisa diajari menyikat gigi sendiri (dengan pengawasan)?
 - A. Usia 6 bulan
 - B. Usia 1 tahun
 - C. Usia 2 tahun
 - D. Usia 3 tahun
5. Berapa kali sehari sebaiknya anak menyikat gigi?
 - A. 1 kali
 - B. 2 kali (pagi dan malam sebelum tidur)
 - C. 3 kali setelah makan
 - D. Hanya malam hari
6. Gigi susu tidak perlu dijaga karena akan tanggal sendiri. Pernyataan ini:
 - A. Benar
 - B. Salah
 - C. Benar jika anak sehat
 - D. Tidak masalah jika hanya 1-2 gigi rusak
7. Apa yang sebaiknya dilakukan jika gigi anak berlubang?
 - A. Menunggu sampai gigi copot sendiri
 - B. Memberi obat penghilang nyeri
 - C. Membawa ke dokter gigi anak untuk penanganan
 - D. Membersihkannya dengan air garam saja

NAMA:
UMUR
ALAMAT:
USIA KEHAMILAN:

CEK MONITORING GIGI

KEADAAN KESEHATAN GIGI

ADA TIDAK ADA

KARIES/LUBANG GIGI

TAMBALAN

KARANG GIGI

GUSI BENGKAK/BERDARAH

GANTI SIKAT GIGI

PENYULUHAN GIGI

KONSULTASI TRIMESTER 1

KONTROL KEDOKTER GIGI

PAGI

CEK MONITORING SIKAT GIGI

NAMA
UMUR
ALAMAT
USIA KEHAMILAN

CEKLIST SELESAI

SENIN

SEKASA

RABU

KAMIS

JUMAT

SABTU

MINGGU

SIKAT GIGI



MALAM

CEK MONITORING SIKAT GIGI

NAMA:
UMUR:
ALAMAT::
USIA KEHAMILAN

CEKLIST SELESAI
SIKAT GIGI

SENIN

SEKASA

RABU

KAMIS

JUMAT

MINGGU

