TRUDNOCA I ZUBI

Trudnoća je period kada treba obratiti posebnu pažnju na higijenu i zdravlje zuba i desni.

Veoma je važno da posetite stomatologa pre trudnoće i otklonite svaki kvar, kao i da vodite računa o higijeni zuba tokom cele trudnoće. To može sprečiti neželjene komplikacije i teškoće, i sačuvati vaše zube.

Ako niste planirali trudnoću i ako Vas je ona zatekla sa nerešenim problemima sa zubima, prvo tromesečje trudnoće nikako nije trenutak da te probleme rešavate.

Zubi se u trudnoći ne menjaju, njihova struktura ostaje ista. Pogrešno je mišljenje da zubi u trudnoći stradaju. Do problema dolazi zbog nedovoljne oralne higijene i hormonskog disbalansa.

**Kako sprečiti probleme sa zubima u trudnoći?**

Ukoliko planirate trudnoću, savetujemo vam da u Vaše planove uključite i posetu stomatologu, kako biste otklonili postojeće probleme i dobili savete koji mogu sačuvati Vaše zube. U toku trudnoće održavajte higijenu zuba, pridržavajte se saveta stomatologa, redovno kontrolišite zube i obavezno se javite sromatologu ukoliko osetite probleme. Vodite računa o ishrani, izbegavajte slatkiše, unosite dosta kalcijuma i vitamina D, koristite meku četkicu da biste smanjili iritaciju desni, i redovno menjajte cetkicu. Pravilna nega i brzo reagovanje, mogu otkloniti mnoge neželjene posledice.

**Najčešći problemi sa zubima u trudnoci?**

Najveći problem trudnica je svakako problem osetljivosti desni. Zbog promene nivoa hormona može doći do oticanja desni, krvarenja prilikom pranja zuba.

Gravidni gingivitis (upala desni), je normalna fiziološka pojava u trudnoći. Ovaj problem javlja se kod velikog broja trudnica i veoma je neprijatan. Manifestuje se loptastim uvećanjem desni, koje su najčešće upaljene i samim tim lakše krvare, već na prvi dodir četkicom ili hranom. Gingivitis se kod trudnica najčešće javlja u drugom tromesečju.

Tokom trudnoće u prva tri meseca katkad dolazi do jutarnje mučnine i povraćanja. Opasna situacija po zube, jer kiselost sadržaja iz želuca nagriza gleđ i oštećuje zube, čineći ih osetljivim na pojavu karijsa. Kada se to desi dobro isperite usta vodom sačekajte petnaestak minuta da se nivo kiselosti u ustima smanji i gleđ koliko toliko oporavi, da je mehanički još ne oštetite i onda tek operite zube.

**Lecenje zuba u trudnoci?**

Stomatologa treba posetiti barem jednom u toku trudnoće a preporučuju se dva stomatološka pregleda. Ne zaboravite da pri svakoj poseti stomatologu naglasite da ste trudni!

Neophodno je da svako krvarenje ili oticanje desni, bol zuba ili desni, ili bilo kakav drugi neprijatan osećaj u ustima, odmah prijavite stomatologu. Tokom prvog tromesečja trudnoće pacijentkinja može biti podvrgnuta obuci pravilnog održavanja oralne higijene, obradi parodontalnih džepova i urgentnoj stomatološkoj terapiji.

Drugo tromesečje trudnoće se smatra najbezbednijim periodom trudnoće za sprovođenje rutinske stomatološke terapije.Taj period treba iskoristiti za eliminaciju potencijalnih problema koji u kasnijoj fazi trudnoće ili odmah nakon porođaja mogu izazvati teškoće.

Zubi se u trudnoći popravljaju, vade i to sa anestezijom, samo ne bi trebalo da se snimaju

Preosetljivost desni i krvarenje može da potraje tokom cele trudnoće. No, kada se posle porođaja hormoni vrate na svoj fiziološki status, prestaje i pojava gravidnog gingivitisa, kao i gravidna hemoragija (krvarenje). Međutim, usled neažurnosti, ili neupućenosti u pravilnu negu zuba, uz promene koje nastaju usled hormonskog statusa, nastaju sekundarne posledice: karijes i promene na samom tkivu zuba.