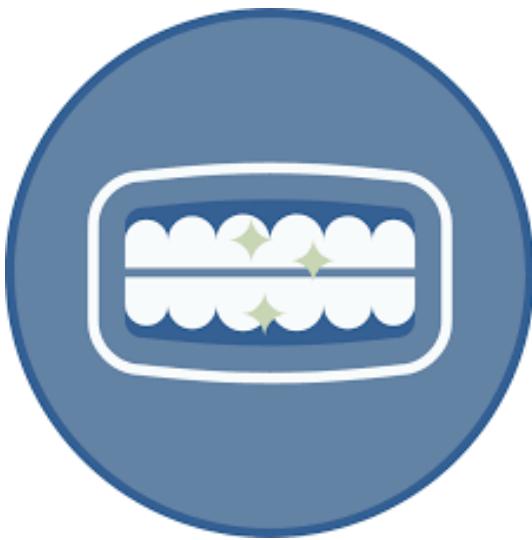




مدينة الملك فهد الطبية  
King Fahad Medical City



## صحة الفم والأسنان والحمل

## Oral Health and Pregnancy

## المقدمة:

الحمل يؤثر على جوانب عديدة من حياة المرأة بما في ذلك صحة الفم والأسنان، فمعظم النساء يلاحظن تغيرات في اللثة أثناء الحمل بسبب التغيرات الهرمونية في هذه الفترة بالإضافة إلى إهمال العناية اليومية بتنظيف الأسنان مما يزيد من نسبة التهاب اللثة وتسوس الأسنان.

من المهم معرفة خطورة هذا التهاب على الحامل، فحسب أبحاث ودراسات عديدة أجريت في هذا المجال فإن المرأة أكثر عرضة للإنجاب المبكر وانخفاض وزن الجنين من أربع إلى سبع مرات من الحوامل الأخريات.

## أكثر المشاكل المؤثرة على صحة الفم أثناء الحمل :



### • التهاب اللثة:

التهاب بكتيري يصيب الأنسجة المحيطة بالأسنان.

و من أعراض الالتهاب:

- تورم في اللثة
- سهولة نزيف اللثة و خصوصا وقت تنظيف الأسنان بالفرشاة.
- تكون الجيوب اللثوية حول السن.

### • تسوس الأسنان:



عند تناول السكريات بكثرة أثناء الحمل مع إهمال العناية بصحة الفم تزداد نسبة التسوس.



- **التآكل الحمضي للأسنان :**

نتيجة لغثيان الصباح المستمر في أول الحمل.

- **الورم الحبيبي "ورم الحمل":**



هو ورم حميد نادر وغير مؤلم، ويعتبر جزء من الاستجابة المفرطة ضد البكتيريا التي تسبب أمراض اللثة، وعادة ما يختفي بعد الولادة أو يحتاج إلى تدخل طبيب الأسنان لاستئصاله تحت التخدير الموضعي.

## علاج الأسنان أثناء الحمل:

- يجب إخبار طبيب الأسنان عن الحمل و عن أي أدوية يتم استخدامها.
- يمكن علاج الأسنان أثناء الحمل بدون أي مخاطر -بإذن الله.-
- يمكن استخدام الأشعة الخاصة بالأسنان عند الضرورة و يتم اتخاذ إجراءات وقائية.
- أهمية المتابعة الدورية لعيادة الأسنان.

## أهم العادات الصحية الواجب اتباعها :

- تنظيف الأسنان بفرشاة ناعمة ثلاثة مرات يومياً لمدة لا تقل عن دقيقتين.
- استخدام الخيط السنّي مرة واحدة يومياً.
- استخدام غسول الفم المحتوي على الفلورايد لحماية الأسنان من التسوس أو غسولات الفم المضادة للبكتيريا عند حاجتك لها.
- عند الشعور بغثيان الصباح أثناء الحمل ينصح بغسل الفم بالماء الدافئ بشكل متكرر لتخفييف الحامض الناتج من القيء وتأجيل التفريش لمدة لا تقل عن نصف ساعة.
- تناول الأطعمة الصحية الغنية بفيتامين (ج) و (ب12) و المحتوية على الكالسيوم.
- الزيارة الدورية لعيادة الأسنان.

# لأن الوعي وقاية ..

## ادارة التثقيف الصحي

(قسم طب الأسنان)



King-fahad-medical-city



@Kfmc\_Riyadh



KfmcRiyadh



8001277000

HEM2.16.000251

