

Votre dentiste complice de votre santé

DE BONNES DENTS PENDANT MA GROSSESSE

VOTRE SANTÉ BUCCO-DENTAIRE EN 6 POINTS

« *Je suis enceinte : mes dents sont-elles plus fragiles ?* »

Non, pas plus qu'avant mais vous devez garder de bonnes habitudes pour votre alimentation et votre hygiène bucco-dentaire en utilisant une brosse à dent souple et un dentifrice fluoré. Pour une santé bucco-dentaire optimale, pensez à vous brosser les dents après chaque prise alimentaire.

« *J'ai des nausées qui entraînent des vomissements. Je grignote sans arrêt car j'ai toujours faim. Ces deux situations sont-elles dangereuses pour mes dents ?* »

Les vomissements répétés fragilisent vos dents du fait de l'acidité qui à terme peut provoquer des caries. Pensez à bien vous rincer la bouche avec du bicarbonate de sodium (une cuillère à café dans un verre d'eau) ou avec un bain de bouche fluoré sans alcool, ou au minimum à l'eau claire, et surtout attendez 30 minutes avant de vous brosser les dents car l'émail de vos dents est fragilisé.

Parallèlement, essayez de limiter le grignotage et les sodas, même lights, qui sont également acides pour l'émail de vos dents.

« *Mes gencives se mettent à saigner, est-ce normal ?* »

Oui, les changements hormonaux qui interviennent durant la grossesse rendent vos gencives plus sensibles à la plaque dentaire. Donc, plus que jamais, veillez à bien vous brosser les dents et les gencives, et complétez vos brossages éventuellement avec un bain de bouche sans alcool. Dès le début de votre grossesse, prenez rendez-vous chez votre dentiste pour obtenir ses recommandations ; il contrôlera vos dents, vos gencives et procédera, si nécessaire, à un détartrage, éliminant ainsi l'un des facteurs de d'irritation et de fragilisation des gencives.

➤ Visionnez la vidéo de Léa, enceinte, 26 ans



« *Puis-je faire soigner mes dents durant ma grossesse ?* »

Oui, une visite de contrôle chez le dentiste s'impose dès le début de votre grossesse et des soins peuvent tout à fait être réalisés. La période idéale pour les soins se situe entre le 4^{ème} mois et le 8^{ème} mois, mais toute urgence peut être gérée en dehors de cette période. Les traitements complexes (chirurgie, prothèses, etc...) seront de préférence à reporter après la naissance de votre enfant.

Depuis avril 2014 chaque femme enceinte bénéficie désormais d'un examen bucco-dentaire pris en charge par l'Assurance Maladie au 4^{ème} mois de sa grossesse.

« *Au cours des soins, mon dentiste peut-il faire des radiographies ?* »

En général, les radiographies sont à limiter au maximum durant la grossesse. Toutefois, si elles s'avéraient nécessaires pour un diagnostic, elles pourraient être réalisées sans risque en utilisant une protection en plomb.

« *Lors de soins bucco-dentaires, mon dentiste peut-il me faire une anesthésie locale ?* »

Oui, votre dentiste pourra réaliser une anesthésie locale, il choisira un produit adapté du fait de votre grossesse.



Le conseil de l'UFSBD

N'oubliez pas de signaler à votre dentiste que vous êtes enceinte, en lui précisant votre nombre de mois de grossesse.