

COMMENT CONSERVER DE BONNES DENTS PENDANT LA GROSSESSE ?

Les dents des femmes enceintes sont-elles plus fragiles ?

Non, pas plus qu'avant mais il faut garder de bonnes habitudes d'alimentation et d'hygiène bucco-dentaire en utilisant une brosse à dents souple et un dentifrice fluoré. Pour une santé bucco-dentaire optimale, penser à se brosser les dents après chaque repas, soit 3 fois par jour.

Les nausées qui entraînent des vomissements et le grignotage : deux situations dangereuses pour les dents ? »

Les vomissements répétés fragilisent les dents du fait de l'acidité qui à terme peut provoquer des caries. Penser à bien se 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) qui favorisent les déminéralisations de l'émail et bien sûr l'alcool.

Les gencives qui 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, veiller à bien vous brosser les dents et les gencives, et compléter vos brossages éventuellement avec un bain de bouche sans alcool. Dès le début de la grossesse, prenez rendez-vous chez le dentiste. Il contrôlera les dents, les gencives et procédera, si nécessaire, à un détartrage, éliminant ainsi l'un des facteurs d'irritation et de fragilisation des gencives. Il vous recommandera des mesures d'hygiène adaptées.

Peut-on faire soigner ses dents durant la grossesse ?

Oui, une visite de contrôle chez le dentiste s'impose dès le début de la 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 l'enfant.



Amalgames dentaires : Suite à la Convention de Minamata, entrée en vigueur le 16 août 2017, et de sa ratification par l'Union européenne, de nouvelles interdictions sont entrées en vigueur au 1^{er} juillet 2018 pour :

- > les enfants de moins de 15 ans
- > les femmes enceintes
- > les femmes allaitantes

Depuis février 2024 chaque femme enceinte bénéficie d'un examen bucco-dentaire au 4^{ème} mois de sa grossesse, [Ameli.fr](https://www.ameli.fr), avec prolongation de cette examen jusqu'au sixième mois après l'accouchement. Cet examen est pris en charge à 100% par l'Assurance Maladie.

Enceinte, au cours des soins, le 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, le dentiste peut-il me faire une anesthésie locale ?

Oui, le dentiste pourra réaliser une anesthésie locale, il choisira un produit adapté en cas de 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.



COMMENT CONSERVER DE BONNES DENTS PENDANT LA GROSSESSE ?

LES RECOMMANDATIONS BUCCO-DENTAIRES DE L'UFSBD POUR LES FEMMES ENCEINTES

	3 brossages par jour pendant 2 minutes
	L'utilisation d'un dentifrice fluoré
	L'utilisation du fil dentaire ou de brossettes avant le brossage
	Au moins une visite chez le dentiste au cours de la grossesse
	Une alimentation variée et équilibrée

ET EN COMPLÉMENT

	La mastication d'un chewing-gum sans sucres après chaque prise alimentaire
	Le bain de bouche sans alcool comme complément d'hygiène

