

Les fiches conseils de l'UFSBD



Je suis une femme ENCEINTE, et je fais doublement attention à moi lors de ma GROSSESSE

Mon profil



La grossesse est une période si particulière, où l'on doit être au mieux de sa santé. Au niveau bucco-dentaire des changements s'opèrent.

Sachez qu'il n'y a pas de fragilisation des dents pendant cette période pour peu que les bonnes habitudes alimentaires et d'hygiène soient maintenues.

Pour aller plus loin

Il y a 3 risques principaux à prendre en compte :

Les gencives peuvent réagir avec les modifications hormonales de la grossesse. Une gingivite que l'on appelle gravidique (issue de la grossesse) peut se produire en particulier pendant le premier trimestre avec comme signe plus de saignements dès qu'on touche la gencive

. Parfois la gencive

peut présenter de petites excroissances appelées épulis, qui sont sans gravité, mais qui peuvent compliquer l'hygiène des dents et des gencives. Les épulis disparaissent en général après la naissance de bébé mais peuvent être facilement enlevés par votre dentiste s'ils représentent une gêne importante.

Les éventuels vomissements des premiers mois ou les reflux liés aux dernières semaines entraînent une acidification de la

bouche qui fragilise l'émail et augmente le risque de caries.

Les changements d'habitudes alimentaires avec la consommation d'aliments plus sucrés, plus acides (fruits notamment) et des grignotages peuvent augmenter les risques de caries,

Nos recommandations dans votre cas

La grossesse mérite une vigilance bucco-dentaire accrue :

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 encore mieux avec un bain de bouche fluoré sans alcool, ou au minimum à l'eau claire. Attendre au moins 30 minutes avant de vous brosser les dents pour attendre une diminution de l'acidité qui fragilise l'émail de vos dents.

Parallèlement, essayer de limiter le grignotage entre les repas et la consommation de jus de fruits ou sodas, même lights, (qui sont également acides) qui favorisent les déminéralisations de l'émail.

Plus que jamais, veiller à bien vous brosser les dents, et les gencives, 3 FOIS par jour, après les repas, et compléter vos brossages éventuellement avec un bain de bouche du quotidien 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.

La plupart des soins peuvent tout à fait être réalisés pendant la grossesse. La période idéale pour les soins se situe entre le 4ème mois et le 8ème mois, mais toute urgence peut être gérée en dehors de cette période. Les traitements complexes (chirurgie, prothèses...) seront de préférence à reporter après la naissance de l'enfant.

Tout cela peut avoir des répercussions sur la santé dentaire. L'EBD de la femme enceinte permet dès le 4ème mois de grossesse de consulter son chirurgien-dentiste pour faire une visite de contrôle et des soins si nécessaires jusqu'à 6 mois après l'accouchement. Pour l'examen bucco-dentaire et les consécutifs vous n'aurez rien à régler, les honoraires sont directement réglés à votre dentiste par la caisse : ils sont pris en charge à 100 % (Uniquement pour les soins conservateurs, hors soins d'orthodontie et de prothèses).

Le formulaire de prise en charge pour les femmes enceintes sur ameli.fr

DES RECOMMANDATIONS SPÉCIFIQUES SONT APPLICABLES AUX FEMMES ENCEINTES

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



Un LIEN ... pour aller plus LOIN :

Examen bucco-dentaire de la femme enceinte : Ameli.fr

Les 100 premiers jours de l'enfant : Santé Publique France

Département santé dentaire de la société de médecine dentaire - Belgique - : Souriez.be