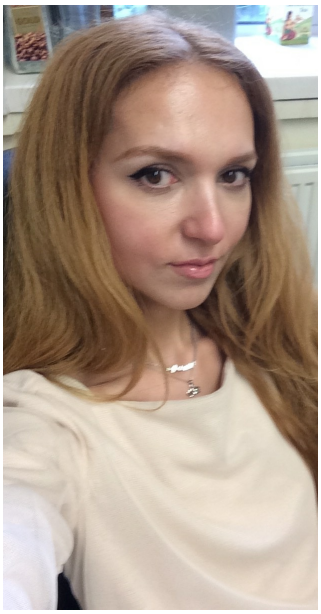
Особенности гигиены ротовой полости в период беременности



Байрамова А.Н.
врач акушер-гинеколог, к.м.н.
E-mail: afa.bayramova@yandex.ru

В период беременности в организме женщины происходят значительные физиологические изменения, которые обеспечивают правильное развитие плода, подготавливают организм к предстоящим родам и кормлению. В этот непростой период нагрузка на все органы и системы организма женщины значительно увеличивается, что может привести к обострению хронических заболеваний и развитию осложнений.

Одной из существенных особенностей данного периода являются изменения в состоянии органов и тканей полости рта.

При беременности часто и существенно изменяется состояние десен и зубов. Отмечаются отек десен, пародонтопатии, кариес, гингивиты, расшатывание зубов. Причиной этих нарушений ранее считали сниженную pH слюны и деминерализацию зубов у беременных, однако эти предположения в ряде исследований не были подтверждены. При беременности часто наблюдается повышенное слюноотделение (сиалорея, птиализм), особенно в ранних сроках. В появлении этих симптомов играют большую роль рефлекторные механизмы в связи с тошнотой и воспалительные процессы в ротовой полости.

Вышеперечисленные патологии вполне закономерны, так как связаны с дефицитом питательных веществ в организме матери, которые возможны при неправильном и нескорректированном питании. Естественно, что растущему организму плода во время его развития требуется все большее количество питательных веществ. Если в питании беременной не хватает необходимых для полноценного развития плода веществ, то он начинает их брать из депо материнского организма. Поскольку основным депо фосфора, кальция, магния, фтора и других элементов являются кости, зубы, то они, в первую очередь, и будут страдать. То же самое происходит и с другими органами и тканями.

Наиболее типичная картина, которая наблюдается в полости рта с самых ранних сроков беременности, характеризуется: отеком десен, их гиперемией, переходящей в цианотичность, повышенной кровоточивостью десен (постоянно и быстро нарастающей), гипертрофией межзубных сосочков, повышенной интенсивностью кариозной болезни, высоким уровнем образования и распространенности зубного камня и мягкого налета, постоянно ухудшающейся индивидуальной гигиеной полости рта.

Снижение качества оральной гигиены, как правило, обусловлено тем, что во время ее проведения увеличивается кровоточивость, любое прикосновение к деснам становится крайне травматичным, из-за чего женщины в таких ситуациях стараются избегать или снижать до минимума частоту и продолжительность индивидуальных гигиенических мероприятий в полости рта. Во избежание подобных ситуаций и для их устранения необходимо начинать с исправления питания, компенсируя качественные недостатки потреблением фосфорно- кальциевых комплексов, витаминов, в чстности витаминов «А», «Д» и «С». Недостаток витамина «С» уже сам по себе приводит к повышенной ломкости сосудов и повышенному выходу форменных элементов крови из сосудистого русла. Наряду с этим, необходимо проведение профессиональной гигиены полости рта, преследующей устранение над- и поддесневого зубного камня, что уже само по себе приведет к уменьшению отека, снижению напряженности сосочков, уменьшению травмы во время индивидуальной чистки зубов. Как правило, чистка зубов в подобных ситуациях действительно является травмирующим фактором: во-первых, банальная «наружная» травма за счет непосредственного контакта зубной щетки с воспаленной десной, что приводит к абразии истонченного поверхностного слоя десны, а во-вторых, это «внутренняя» травма, происходящая за счет разрушения, вплоть до изъязвления внутренних поверхностей десен поддесневым зубным камнем, о который непосредственно травмируется движущаяся свободная десна под механическим воздействием зубной щетки.

Следующий профилактический этап — это обучение беременной женщины правильному проведению индивидуальных гигиенических мероприятий в полости рта и правильному использованию средств индивидуальной оральной гигиены, так как только из-за неумения и незнания может происходить и, как правило, происходит накопление зубных отложений.

Основная направленность использования средств индивидуальной гигиены полости рта в период беременности заключается в максимально тщательном устранении остатков пищи и мягкого зубного налета, в профилактике образования твердого зубного камня и воспаления десны, и в предотвращении запуска механизма развития заболеваний пародонта и кариозной болезни.

Такие средсва оральной гигиены как мануальная профилактическая зубная щетка, лечебно-профилактическая зубная паста,флоссы/зубные нити, тэйп/зубные ленты, межзубные ершики, флоссеты, жидкие средства гигиены полости рта, ирригаторы рекомендуется применять в период беременности , а также в течение всего послеродового периода.

Таким образом, была показана необходимость тщательной гигиены полости рта беременной.