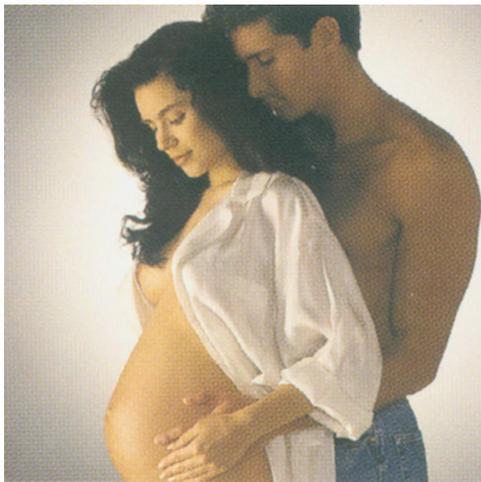


Sehr geehrte Patientin!

Zuerst einmal herzlichen Glückwunsch zur Schwangerschaft. Wenn Sie das erste Mal schwanger sind, dann kommt zur Vorfreude Mutter zu werden viele neue Dinge und Informationen auf Sie zu, die Sie in Erwartung auf Ihr Kind für Ihr Leben neu einordnen müssen.

Wir, als Ihr Zahnarztteam, möchten Ihnen mit dieser Broschüre einige Informationen an die Hand geben, die während der Schwangerschaft aus zahnärztlicher Sicht wichtig sind.

Da sich Ihr Körper hormonell auf die Schwangerschaft ein-



stellt und somit alle Schleimhäute ihre gewohnten Eigenschaften verändern, ist aus zahnärztlicher Sicht hauptsächlich mit Zahnfleischproblemen zu rechnen. Hier für folgende Tipps:

1. Wechseln Sie von Ihrer gewohnten Zahnbürste auf eine sehr weiche Zahnbürste.
2. Achten Sie darauf, dass Sie eher öfters am Tag Mundhygiene betreiben, wie Sie es gewohnt sind. Z.B. anstatt 2 mal täglich eher 3 oder mehrmals täglich, gerade wenn Sie „Heißhunger“ befällt.
3. Verwenden Sie eine fluoridierte Zahnpasta mit speziellen plaque- und entzündungshemmenden Eigenschaften, z.B. mit Aminfluorid oder Zinnfluorid.
4. Putzen Sie Zahnsaum und Zahnzwischenräume intensiv mit Zahnseide oder Interdentaltbürsten. Massieren Sie Ihr Zahnfleisch regelmäßig, das beugt Blutungen vor.
5. Sollten Sie eine Phase durchleben, in der Übelkeit und Erbrechen vorkommt, so gilt die Faustregel, dass frühestens 30 Minuten nach diesem Ereignis Mundhygiene betrieben werden darf, um die Zahnoberflächen nicht zu beschädigen.
6. Wenn Zähneputzen wegen Übelkeit vorübergehend nicht möglich ist, sollte zumindest mit einer fluoridhaltigen alko-

holfreien Mundspüllösung gespült werden.

7. Nehmen Sie viel Milch und Milchprodukte zu sich sowie Speisen mit einem hohen Gehalt an Vitaminen, Mineralsalzen und Spurenelementen.
8. Meiden Sie den häufigen Genuss von extrem süßen und säurehaltigen Nahrungsmitteln.



Was ist beim Besuch unserer Zahnarztpraxis zu beachten:

1. Während der Schwangerschaft empfehlen wir mehrere Vorsorgeuntersuchungen. Die idealen Termine sind, in der 12., in der 24. und in der 32. Woche.
2. Eine professionelle Zahnreinigung (PZR) verbessert auch den Zustand Ihres Zahnfleisches deutlich!
3. Während der Schwangerschaft sind Röntgenaufnahmen nicht möglich, daher kann bei der Schmerztherapie manchmal nicht eindeutig diagnostiziert werden.
4. Während der ersten 13 Wochen und den letzten acht

Wochen (32.—40. Woche) sind nur schmerzbesitzigende Notdienstmaßnahmen möglich. Währenddessen zwischen der 14. und 29. Woche normale Behandlungen sogar mit Lokalanästhesie möglich sind.

5. Wird die Schwangerschaft von Ihrem Gynäkologen als „Risikoschwangerschaft“ eingestuft, sollte vor einer zahnärztlichen Behandlung in jedem Fall mit Ihrem Gynäkologen Rücksprache gehalten werden. Deshalb Adresse, Sprechzeiten und Telefonnummer bereithalten.
6. Machen Sie vor der Geburt einen Speicheltest bei uns. Er zeigt an, wie hoch Ihr Kariesrisiko und damit auch das Risiko der späteren Übertragung auf Ihr Kind ist.
7. Alte Amalgamfüllungen werden während der Schwangerschaft nur provisorisch repariert und wenn irgend möglich nicht entfernt. Dies kann bis nach der Geburt ihres Kindes warten.
8. Zahnaufhellung sollte ebenfalls bis nach der Geburt warten.

Wenn Ihr Kind geboren ist, Sie sich zu Hause an die neuen Abläufe gewöhnt haben, ist der Zeitpunkt gekommen eventuelle provisorische Behandlungen richtig durchzuführen. Jetzt kann gefahrlos geröntgt werden, Füllungsmaßnahmen können auch unter Lokalanästhesie durchgeführt werden. (Das „Betäubungsmittel wird im Gewebe vor Ort abgebaut und gelangt nicht in die Muttermilch!) Amalgamfüllungen können jetzt endgültig entfernt werden und durch moderne Füllungsmaterialien ersetzt werden. Eine Einschränkung besteht hier nur bei stillenden Müttern, diese sollten erst abgestillt haben, bevor Amalgamfüllungen entfernt werden.

Immer wieder wird die Frage nach Fluoridierungstabletten gestellt. Fluoridtabletten während der Schwangerschaft nützen ihrem ungeborenen Kind nicht — macht also keinen Sinn!

Wir hoffen Ihnen hiermit geholfen zu haben.



## Prophylaxe beginnt im Mutterleib

Zahnmedizinische Informationen für unsere werdenden Mütter



Dr. med. dent. Gregor  
Kendzia  
Zahnarzt

Bahnhofstraße 41  
67136 Fußgönheim  
Telefon: (06237) 92 90 33  
FAX: (06237) 92 90 35  
Email: [info@dr-kendzia.de](mailto:info@dr-kendzia.de)  
<http://www.dr-kendzia.de>