

Zähne und Zahnfleisch in der Schwangerschaft

In der Schwangerschaft ist es erforderlich, im verstärkten Maße auf die Mundgesundheit zu achten, da es infolge dieser hormonellen Ausnahmesituation insbesondere zu entzündlichen Zahnbettveränderungen kommen kann. Der bis heute noch existierende Volksglaube: "Jede Schwangerschaft kostet die Frau einen Zahn" ist unter Berücksichtigung bekannter Mundhygienemaßnahmen schon lange nicht mehr gültig.

Schwangerschaftsentzündung des Zahnfleisches

Frauen klagen während der Schwangerschaft häufig über ein empfindliches, leicht blutendes Zahnfleisch trotz gleich gebliebener Zahnputzgewohnheiten.

Entzündliche Zahnfleischveränderungen während der Schwangerschaft werden neben den hauptsächlich verantwortlichen Bakterienbelägen auch durch die starke Hormonzunahme ungünstig beeinflusst. Die Schwangerschaftshormone führen zu einer vermehrten Schleimhautdurchblutung mit Gewebsauflockerung, die bereits bestehende Zahnbettreizungen oder -erkrankungen verstärken. Ähnliche Zahnfleischirritationen können während der Pubertät, durch die Einnahme der "Pille" sowie auch zu Beginn der Wechseljahre beobachtet werden. In der Schwangerschaft werden diese Zahnfleischentzündungen insbesondere innerhalb der ersten drei Monate beobachtet, da die Hormonumstellung gerade in dieser Zeit extreme biologische Anpassungsvorgänge im weiblichen Körper verursacht.

Die Zahnfleischentzündungen sind oft sehr unterschiedlich: Es können leichte Zahnfleischwucherungen mit vermehrter Blutung, ausgeprägte, auf einige Zähne bezogene Zahnfleischwucherungen bis hin zur massiven, alle Zähne betreffenden Zahnbetterkrankung mit teils Spontanblutungen bei geringster Berührung vorkommen.

Bei allen Zahnbetterkrankungen -also auch und gerade jetzt- müssen besonders intensive Mundhygienemaßnahmen durchgeführt werden. Der Zahnarzt soll möglichst umgehend über das vermehrte Auftreten von Zahnfleischbluten informiert werden, um entsprechende Zahnputzanweisungen geben zu können. Meist sind weiche Zahnbürsten mit planem Bürstenfeld erforderlich und der Gebrauch von Zahnseide zur Reinigung der Zahnzwischenräume, die Mundspülung mit milden Mundwässern und je nach individueller Situation muss auch die Anwendung von Zahnzwischenraumbürsten täglich erfolgen.

Isolierte Zahnfleischwucherungen

In seltenen Fällen kann es in der Mundhöhle zur Entwicklung von ausgeprägten, auf Einzelzähne bezogenen, geschwulstartigen Zahnfleischwucherungen kommen. Diese Wucherungen treten nur in bezahnten Kieferabschnitten auf, sind meist schmerzunempfindlich und können bei Berührung leicht bluten. Bei extremer Wucherung kann es zu Einbissverletzungen der Gegenkieferzähne kommen, die nicht selten durch eine anschließende bakterielle Infektion zu starken Schmerzen und Entzündungen führen. Tritt dies auf, so muss rasch eine chirurgische Gewebsentfernung durchgeführt werden.

Kariesrisiko

Ein erhöhtes Kariesrisiko ist durch die Schwangerschaft an sich grundsätzlich nicht gegeben. Jedoch können sich veränderte Eßgewohnheiten wie häufige und zuckerreiche Mahlzeiten zu sonst unüblichen Zeiten negativ auswirken. Da die Schwangerschaftshormone indirekt auch einen Einfluss auf die Speichelbeschaffenheit und sein Fließverhalten ausüben, sind die Zähne in dieser Zeit doch etwas stärker gefährdet.

Ein besonderes Problem ist das gelegentlich häufigere Erbrechen in den ersten drei Schwangerschaftsmonaten. Eine besonders intensive Mundhygiene und die zusätzliche Verwendung einer fluoridhaltigen Mundspüllösung zur Remineralisation des säuregeschädigten Zahnschmelzes sind dann erforderlich. Der Genuss von säurehaltigen Getränken und Nahrungsmitteln sollte in dieser Zeit reduziert werden

Allgemeine Ernährungsempfehlungen

In der Schwangerschaft soll auf eine ausgewogene Ernährung geachtet werden, um eine entsprechende Vitamin- Mineral- und Ballaststoffzufuhr zu erhalten. Der behandelnde Gynäkologe verschreibt bei Bedarf entsprechende Mineral- und Vitaminpräparate.

Zuckerhaltige Nahrung sollte nicht nur der Zähne, sondern auch der unnötigen Gewichtszunahme wegen vermieden werden.

Eine vermehrte Fluoridaufnahme während der Schwangerschaft ist für die Zahngesundheit des ungeborenen Kindes nicht von Bedeutung, jedoch sollte die werdende Mutter zugunsten ihrer eigenen Zähne auf eine ausreichende Fluoridzufuhr achten.

Zahnärztliche Behandlung während der Schwangerschaft

In der Schwangerschaft sollten neben den bereits erwähnten Mundhygienemaßnahmen und Zahnreinigungen nur dringend erforderliche Zahnbehandlungen durchgeführt werden.

Obwohl die Strahlenbelastung durch zahnärztliche Röntgenaufnahmen im Bereich des Uterus als sehr gering eingestuft wird, darf eine röntgenologische Diagnostik insbesondere in den ersten drei Monaten nur bei zwingender Indikation, durchgeführt werden.

Behandlungen werden am günstigsten zwischen dem 4. und 7. Monat durchgeführt sind aber bei Bedarf während der ganzen Schwangerschaft möglich. Eine Anästhesie (Betäubung) ist selbstverständlich möglich.

Die Einnahme von Medikamenten ist während der Schwangerschaft generell problematisch, da der Einfluss auf das werdende Leben häufig noch nicht vollständig erforscht ist und nicht entsprechend eingeschätzt werden kann. Schmerzmittel sollten nur in dringenden Fällen und im Zweifelsfall unter Rücksprache mit dem behandelnden Gynäkologen eingenommen werden.

Die Seite www.embryotox.de hilf bei Medikamentenfragen.

Nach Empfehlung der DGZMK