LES FICHES CONSEILS DE L'UFSBD

Être une femme ENCEINTE, qu'est-ce qu'une GROSSESSE change pour ma santé bucco-dentaire ?

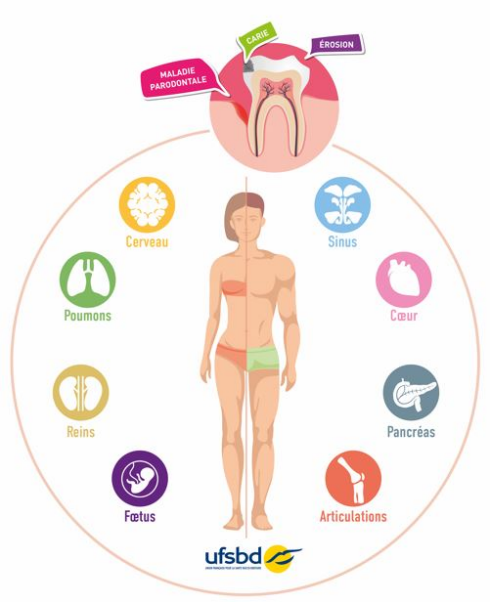


À savoir

La grossesse est une période de bouleversements, qu'il s'agisse de changements physiques, psychologiques ou de modifications des habitudes de vie.

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*



Pour aller plus loin

La grossesse est propice à de nombreux bouleversements ayant des conséquences sur la cavité buccale (caries, gingivite, érosion dentaire) mais aussi sur l'enfant. Les maladies bucco-dentaires peuvent entraîner des accouchements prématurés.

– Le grignotage très fréquent pendant cette période augmente le risque carieux
– Les vomissements répétés fragilisent l'émail des dents par l'acidité des reflux et augmentent le risque carieux et érosif
– Les hormones, comme l'œstrogène et la progestérone, produites pendant cette période augmentent la sensibilité des gencives à l'accumulation de la plaque dentaire, entraînant des gingivites et saignements des gencives

SOLUTIONS :

– Brossez vos dents 3 fois par jour après chaque repas et/ou collation avec un dentifrice fluoré et une brosse à dents souple pendant 2 minutes. Lorsque vous avez terminé, crachez le dentifrice, mais ne rincez pas votre bouche. Faites particulièrement attention à bien brosser la zone des dents le long de la gencive.
– Passez le fil dentaire avant chaque brossage. Cela permet d'éliminer la plaque dentaire bactérienne qui se trouve entre les dents.
– Utilisez un bain de bouche sans alcool avec du fluor en complément du brossage pour augmenter la protection des dents. Un bain de bouche spéciale gencive permet aussi de retrouver une gencive saine plus rapidement. Il est important de cracher le bain de bouche et de ne pas l'avaler.
– Ayez une alimentation variée et équilibrée. Assurez-vous de consommer des aliments riches en calcium, en vitamines A, C et D, en protéines et en phosphore.
– Diminuez la consommation d'aliments avec du sucre ajouté, car ils favorisent le développement de la plaque dentaire bactérienne. Évitez aussi les aliments collants. Optez plutôt pour des collations telles que les fruits et légumes frais, les noix et les produits laitiers.
– Lorsque vous consommez des sodas, des jus de fruits, du lait ou des boissons gazeuses, essayez autant que possible de les prendre durant les repas et de ne pas les siroter sur une longue période. Vous diminuez ainsi l'exposition des dents au sucre et vous donnez la chance à la salive de jouer son rôle de reminéralisation. Boire avec une paille permet d'éviter des contacts prolongés.
– Consultez votre dentiste. Il est important de l'aviser que vous êtes enceinte. 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.

À tout moment durant la grossesse, le dentiste peut soigner la femme enceinte. Il peut réaliser une anesthésie locale sans risque pour l'enfant, effectuer des radiographies en protégeant le ventre d'un tablier de plomb et prescrire des antibiotiques si nécessaires.

DES RECOMMANDATIONS SPÉCIFIQUES SONT APPLICABLES AUX FEMMES ENCEINTES



À retenir

- La gingivite et les caries sont plus fréquentes chez les femmes enceintes
- Les problèmes dentaires peuvent avoir des répercussions sur le déroulement de la grossesse
- Une bonne hygiène dentaire et une bonne alimentation permettent de prévenir les problèmes dentaires.

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

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