

LA SANTÉ BUCCO-DENTAIRE DURANT LA GROSSESSE

est importante !

Saviez-vous que les infections buccales pendant la grossesse peuvent nuire à la fois à la mère et à son bébé ?

- Les infections buccales peuvent provoquer une affection appelée pré-éclampsie, qui est la principale cause de décès chez une mère enceinte et limite la circulation sanguine vers son bébé.
- Les infections buccales augmentent le risque de syndrome du bébé prématuré et de faible poids à la naissance, y compris :
 - ◇ Problèmes respiratoires.
 - ◇ Risque accru d'infections.
 - ◇ Problèmes digestifs.
 - ◇ Syndrome du retard de croissance.
 - ◇ Syndrome de mort subite du nourrisson (SMSN).

Quels sont les signes d'une infection buccale ?

- Mauvaise haleine.
- Gencives rouges, enflées et qui saignent.
- Gencives instables qui s'écartent et laissent apparaître plus de dents.
- Nouveaux espaces entre les dents.
- Mal de dents ou autre douleur.

Appelez immédiatement votre dentiste si vous ressentez une douleur ou un gonflement, ou si vous pensez avoir une infection buccale, afin d'éviter tout problème pour vous et votre bébé !



CONSEILS

et astuces

Comment avoir une bonne santé bucco-dentaire pendant la grossesse ?

- Consultez votre dentiste avant et pendant votre grossesse. Les visites chez le dentiste sont sans danger ! Les nettoyages dentaires aident à garder les dents et les gencives en bonne santé.
- Brossez-vous les dents deux fois par jour pendant deux minutes avec un dentifrice fluoré.
- Utilisez le fil dentaire une fois par jour. Vous vous brossez les dents et vous utilisez le fil dentaire pour vous et votre bébé !
- Rincez-vous la bouche avec une cuillère à café de bicarbonate de soude dans une tasse d'eau après avoir vomi. L'acide présent dans la bouche peut affaiblir l'émail de vos dents.
- Buvez de l'eau fluorée pour aider à renforcer les dents et prévenir les caries.
- Consultez le site MyPlate.gov pour vous aider à faire des choix alimentaires sains.
- Mâchez du xylitol ou de la gomme sans sucre.
- Faites de l'exercice pour vous sentir plus à l'aise pendant la grossesse. Vérifiez toujours auprès de votre fournisseur de soins de santé si faire de l'exercice est sans danger pour vous et votre bébé.
- Arrêtez de consommer du tabac, des drogues et de l'alcool. La Missouri Tobacco Quitline fournit des conseils et un soutien pour arrêter de fumer. Appelez le 1-800-QUIT-NOW (784-8669) ou consultez le site YouCanQuit.org.

Département de la santé et des services aux
personnes âgées du Missouri
Bureau de l'hygiène dentaire
573-751-5874 • oralhealth@health.mo.gov
OralHealth.Mo.Gov



MISSOURI DEPARTMENT OF
**HEALTH &
SENIOR SERVICES**

Office of Dental Health