

Jedes Kind ein Zahn?

Zahnpflege ist in der Schwangerschaft besonders wichtig



Ein Körnchen Wahrheit steckt in jeder alten Volksweisheit. So auch in „Jedes Kind kostet die Mutter einen Zahn“. Fakt ist: Die Zähne brauchen in der Schwangerschaft besonderen Schutz. Das jedoch nicht, wie ehemals vermutet, weil den Zähnen der Mutter Kalk entzogen wird, um die Calcium-Versorgung des Ungeborenen zu sichern. Es liegt vielmehr an den hormonellen Veränderungen in der Schwangerschaft, die zu Veränderungen des Bindegewebes führen und deshalb auch das

Zahnfleisch betreffen. Zusätzlich ändern sich die Zusammensetzung und Beschaffenheit des Speichels. Auch das Wachstum bestimmter Bakterien wird gefördert. Dadurch ist das Risiko von vermehrter Plaque und Zahnfleischartzündungen groß. Schwangerschaftsübelkeit mit Erbrechen ist eine zusätzliche Belastung für Mundflora und Zähne. Damit die Freude aufs Kind nicht von der Sorge um das Gebiss getrübt wird, sollten werdende Mütter auf ihre Mundhygiene großen Wert legen. Hier darf es sowohl ein bisschen mehr als auch ein bisschen sanfter sein! Ideale Unterstützung für zu Hause bietet das Sortiment des schwedischen Mundhygienespezialisten TePe.

Während vom Bäuchlein noch kaum etwas zu sehen ist, treten oft schon in den ersten drei Schwangerschaftsmonaten spürbare Veränderungen im Mundraum auf. Speziell die erhöhten Östrogen- und Progesteronspiegel haben damit zu tun, dass das Zahnfleisch deutlich anfälliger wird. Das begünstigt die sogenannte Schwangerschaftsgingivitis (Zahnfleischartzündung), von der 30% bis 100% der Schwangeren¹ betroffen sind. Wer nun aus Angst vor weiteren Reizungen oder Zahnfleischbluten eher seltener zu Zahnbürste und Zahnzwischenraumreinigern greift, leistet zahn- und zahnfleischangreifenden Keimen erst recht Vorschub und riskiert, dass sich eine Parodontitis entwickelt. Eine chronische Zahnfleischartzündung könnte zudem Einfluss auf das Risiko einer Frühgeburt haben, wie eine aktuelle Studie des Baylor College of Medicine in Houston² nachweisen konnte. Die Bakterien aus der Mundhöhle fanden sich auch in der Plazenta. Somit ist es ratsam, gerade in der Schwangerschaft regelmäßig den Zahnarzt aufzusuchen sowie effektiv bis in den hintersten Winkel die Zahn- und Zahnzwischenraumreinigung durchzuführen.

¹ Ratka-Krüger P, Kunze M, Schacher B, Deimling D: Konzeptreihe „Parodontale Medizin“ – Parodontale Erkrankungen während der Schwangerschaft. Parodontologie 17, 211-217 (2006)

² The Placenta Harbors a Unique Microbiome, Kjersti Aagaard et. al, Sci. Transl. Med. 6, 237ra65 (2014)

Der Zahnbürste auf die Borsten geschaut



Häufig wird eine zu harte Bürste verwendet, die besonders in der Schwangerschaft das Zahnfleisch zusätzlich reizt. Besser ist eine weiche und komfortable Handzahnbürste wie z.B. die TePe Supreme™. Mit ihren angenehm weichen abgerundeten Borsten lassen sich sanft die Zahnflächen und der Übergang von Zähnen zu Zahnfleisch reinigen. Zudem lässt sich der Bürstenkopf der TePe Supreme Zahnbürste mit leichtem Druck zu einem individuell passenden Winkel biegen. Falls morgendliche Übelkeit auftritt, sollte die Bürste einen kleinen Bürstenkopf haben, um einen Würgereflex zu verhindern. Hier empfiehlt sich mitunter der Griff zu einer Handzahnbürste mit einem kleinen Bürstenkopf, wie die TePe Select Compact.



Was Kleines für die Zahnzwischenräume



Etwas Kleines für zwischendurch sollten werdende Mütter stets parat haben und regelmäßig verwenden. Gemeint sind keine Schokoriegel, sondern die kleinen Interdentalbürsten, die es von TePe in vielen farbcodierten Größen sowie in zwei Borstenstärken passend für so gut wie jeden Zahnzwischenraum gibt. Eine hochwertige Zahnzwischenraumbürste gelangt dahin, wo es die normale

Zahnbürste nicht hinschafft: in die engen Bereiche zwischen den Zähnen. Die feinen Borsten nehmen alles mit, was hier nicht hingehört und entfernen vor allem auch Plaque-Bakterien. Wer sich noch nicht mit Zahnzwischenraumbürsten auskennt, bittet am besten den Zahnarzt um eine Größenempfehlung und lässt sich die richtige Anwendung während einer Prophylaxebehandlung zeigen.

Etwas Neues für die schnelle Reinigung zwischen den Zähnen – und zwar überall und jederzeit – ist TePe EasyPick™. Diese modernen Dentalsticks mit weichen Silikonlamellen reinigen einfach und effektiv den Zahnzwischenraum (Interdentalraum) und massieren dabei sanft das Zahnfleisch. TePe EasyPick™ sollte man am besten immer zur Hand haben.



Zahnmedizinische Gesundheitsvorsorge für Mutter und Kind

Natürlich sollten Schwangere auch auf eine zahngesunde Ernährung achten. Das bedeutet eine ausreichende Zufuhr von Eisen, Jod, Folsäure und Calcium sowie grundsätzlich eine ballaststoff- und kohlenhydratreiche Kost. Ein regelmäßiger Zahnarztbesuch alle zwei bis drei Monate sowie ca. zwei professionelle Zahnreinigungen während der Schwangerschaft gehören ebenfalls ins Vorsorgeprogramm. So können eventuelle krankhafte Veränderungen an Zähnen und Zahnfleisch frühzeitig erkannt und behandelt werden.

Mit Fürsorge für sich selbst und Engagement in Sachen Mundhygiene vergeht die Schwangerschaft ohne größere Zahnprobleme und der alten Volksweisheit wird mit einem strahlenden Lächeln widersprochen!



„Die Hormonveränderung in der Schwangerschaft bewirkt eine Lockerung des Zahnfleisches und eine Veränderung des Speichels ins saure Milieu. Zum einen können dadurch Bakterien unter den Zahnfleischsaum gelangen und eine Zahnbett-krankung auslösen; zum anderen wird der Zahnschmelz stärker belastet als sonst. Eine konsequente effektive Mund- und Zahnhygiene, insbesondere unter Berücksichtigung der Zahnzwischenräume, wo sich gern Plaque und Bakterien ansiedeln, ist ganz wichtig für Schwangere. Da größere Eingriffe in dieser Zeit nicht vorgenommen werden sollten, ist Prophylaxe der beste Schutz für die Mundgesundheit.“

Dr. Marianne Osgart, Zahnärztin aus Hamburg

Über TePe Mundhygieneprodukte GmbH

TePe ist seit 1965 führender Hersteller von Mundhygieneprodukten in Schweden und wird international durch verschiedene Tochtergesellschaften u.a. auch in Deutschland vertreten. Das Unternehmen bietet eine Vielzahl von Produkten, um Mund und Zähne gesund zu halten, und ist besonders für seine hochwertigen Interdentalbürsten (Zahnzwischenraumbürsten) bekannt. Auch Zahnbürsten, Flosser, Zungenreiniger, Zahnhölzer und speziell für die Interdentalhygiene entwickelte Gele sowie weitere Spezialprodukte gehören zum Sortiment. Alle TePe Produkte werden in Zusammenarbeit mit Zahnärzten im eigenen Werk in Malmö entwickelt und weltweit in mehr als 60 Ländern erfolgreich vertrieben.

Hersteller:

TePe Mundhygieneprodukte Vertriebs-GmbH
Flughafenstraße 52, 22335 Hamburg
Telefon: 040-570 123-0, FAX: 040 570 123-190
kontakt@tepe.com, www.tepe.com

Pressekontakt:

Adriane Beck & Partner GmbH
Eppendorfer Landstraße 31, 20249 Hamburg
Telefon: 040-480 73 89
info@beckundpartner.de, www.beckundpartner.de