



Grossesse et santé dentaire Pregnancy and Dental Health

Pourquoi la santé dentaire est-elle importante durant la grossesse?

Il est important de prendre soin de votre santé dentaire durant la grossesse, pour les raisons suivantes :

- Bien prendre soin de vous et de votre santé dentaire durant votre grossesse influe sur le développement et la santé dentaire de votre bébé. La bouche et les dents de votre bébé commencent à se former durant les premières semaines de la grossesse.
- Les changements hormonaux qui surviennent durant la grossesse peuvent modifier les gencives. Les bactéries présentes le long du rebord de vos gencives peuvent causer leur enflure et leur inflammation.
- Les caries dentaires sont causées par des bactéries présentes dans votre bouche et vous pouvez les transmettre à votre enfant par la salive.
- La recherche montre qu'il pourrait exister un lien entre les maladies orales et d'autres problèmes de santé comme le diabète, des maladies cardiaques, des naissances prématurées ou un faible poids à la naissance.

Comment puis-je garder mes dents et mes gencives en bonne santé?

Vos dents peuvent être touchées par les aliments que vous mangez, la fréquence à laquelle vous mangez et le temps que la nourriture reste dans votre bouche ou sur vos dents. Voici les mesures à prendre pour garder vos dents et vos gencives en bonne santé :

- Brossez-vous les dents au moins deux fois par jour avec un dentifrice au fluor.

- Nettoyez bien le long du rebord de vos gencives.
- Utilisez le fil dentaire chaque jour.
- Lorsque vous avez soif entre les repas, buvez de l'eau.
- Après les collations, rincez-vous la bouche avec de l'eau.
- Mangez des aliments sains et limitez les aliments sucrés ou qui collent aux dents.
- Durant la grossesse, ne fumez pas et ne buvez pas d'alcool.

Les nausées et les vomissements durant la grossesse peuvent laisser des acides gastriques dans votre bouche. Ne vous brossez pas les dents pendant les 30 minutes suivant des vomissements. Combiné au brossage des dents, l'acide gastrique peut éroder l'émail de vos dents. Rincez-vous la bouche à l'eau ou utilisez un rince-bouche fluoré pour rafraîchir votre bouche et protéger vos dents.

Devrais-je consulter un dentiste durant ma grossesse?

Les nettoyages de dents et les examens dentaires effectués régulièrement sont sans danger durant toute la grossesse. Informez votre dentiste ou votre hygiéniste dentaire que vous êtes enceinte.

Si vos dents sont en bonne santé, vous aurez moins de caries ou de bactéries et vous diminuerez le risque de passer les bactéries à votre bébé.

Toute douleur, enflure ou infection dans la bouche devrait être traitée immédiatement, car cela peut nuire à votre santé et à celle de votre bébé.

Les rayons x, les anesthésies locales et les médicaments sont-ils sûrs?

Durant la grossesse, les rayons x et les anesthésies locales associés à un traitement dentaire sont sans danger. Si des radiographies s'avéraient nécessaires, le tablier de plomb utilisé au cabinet dentaire vous protégera, ainsi que votre bébé.

Certains médicaments pourraient ne pas être sûrs durant la grossesse. Si vous avez besoin de soins dentaires urgents, certains médicaments pourraient être nécessaires. Pour déterminer si un médicament est sûr durant la grossesse, adressez-vous à votre pharmacien, à votre dentiste ou à votre fournisseur de soins de santé.

Pour plus de renseignements

Pour plus de renseignements sur la grossesse et la santé dentaire, veuillez communiquer avec votre dentiste, votre hygiéniste dentaire ou le programme de soins dentaires de votre unité de santé publique locale.

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles ou votre unité de santé publique locale.

Pour obtenir des renseignements sur la santé et des services de santé non urgents, cliquez sur www.HealthLinkBC.ca ou composez le **8-1-1** en C.-B.

Les personnes sourdes ou malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le 7-1-1 en C.-B.

Des services de traduction dans plus de 130 langues sont disponibles sur demande.