

למען בריאות העובר מומלץ:

## בתקופת ההריון- טיפול שיננית אחת לחודש

הידעת?! אישה בהריון, הסובלת ממחלת חניכיים, בעלת סיכון של פי שבעה ללדת פג במשקל נמוך. דלקות החניכיים משחררות חומרים המזרזים לידה, לכן נשים בהריון צריכות להקפיד ולשמור על בריאות החניכיים.

מחלות החניכיים נגרמות על ידי רובד חיידקים (ביופילם), הנוצר כל הזמן על השיניים. הצטברות ממושכת של הרובד על השיניים תתחיל את התהליך הדלקתי הכרוני. בתקופת ההריון מתרחשים שינויים זמניים בגוף, כשהבולט ביניהם הוא עליה חדה ברמת הורמוני המין- האסטרוגן והפרוגסטרון. הורמונים אלה גורמים, בין היתר, לעליה בנפח הדם, לירידה בלחץ הדם, לדילול הדם ולהרחבת כלי דם. ב 1-3% אף תופיע סוכרת הריון, הפוגעת בחניכיים, אך תעלם לרוב עם סיום ההריון.

הורמוני המין משפיעים על האנטומיה ועל תפקוד החניכיים וגורמים לעליה במדדי דלקת החניכיים. הורמוני המין הנ"ל מעכבים את התבגרות הרקמה, לכן יכולת הריפוי של החניכיים איטית יותר והם נעשים רגישים ופגיעים. הפרוגסטרון גורם לשינויים בכלי הדם העדינים והרבים הנמצאים בחניכיים והדבר מתבטא בעליה באודם, בבצקת, בדימום, ובהפרשות, כאשר השינויים הבולטים הם בעיקר בשולי החניכיים. למחלות חניכיים רכיב גנטי, נרכש (דוגמת סכרת) וסביבתי (דוגמת עישון). חשוב להדגיש כי מחלות חניכיים הקיימות לפני ההריון מתגברות בתקופת ההריון וממשיכות גם לאחר הלידה, ומכאן החשיבות הרבה להתחיל את ההריון עם חניכיים בריאים.

בריאות החניכיים חשובה מתמיד בתקופת ההריון, לכן על כל אישה המתכננת הריון מומלץ להיבדק, בין השאר, על ידי מומחה לרפואת חניכיים, לטפל בחניכיים, אם יש צורך, ולהביאם למצב בריא לפני תחילת ההריון. מומלץ למנוע דלקות חניכיים בתקופת ההריון, העלולות לגרום לריח וטעם לא נעימים בפה, דימום ולעליה בהפרשות מהחניכיים.

עדיף להימנע מטיפולי שיניים יזומים ונרחבים בתקופת ההריון, פרט לטיפולי עזרה ראשונה, כמובן, וזאת בשל יכולת ההחלמה האיטית. ד"ר רם ממליץ לבצע טיפולי שיננית אחת לחודש על מנת למנוע התפתחות דלקות חניכיים תוך כדי ההריון. ישנן דעות קדומות הטוענות כי אין לבצע טיפולי שיננית בתקופת ההריון. טענות אלה הופרכו והוכחו כלא נכונות. עם זאת, הטיפול המומלץ, עפ"י ד"ר רם, הינו רק עם מכשיר אולטרה סוני עדין במיוחד וללא שימוש במכשירים ידניים.

מעבר לטיפולי השיננית, יש להקפיד על ניקיון החניכיים גם בבית. מומלץ ניקוי יומיומי עדין עם מברשת שיניים רכה במיוחד, עם מעט משחת שיניים (בעלת מקדם שחיקה נמוך) וניקוי יומיומי עם השיננוע (קיסם עץ רוטט) המיועד לניכוי תת חניכי של החניכיים.

המידע באדיבות ד"ר זאב רם מומחה לרפואת חניכיים