



Sante Bouch ak Gwosès ou

Vizite dantis ou pandan gwosès ou
Pwoblèm sante nan bouch ki konn rive lè fanm ansent
Ti konsèy sou sante bouch

Kouman yo itilize tiliv sa a

Gwosès se meyè moman pou ou kòmanse planifye avni pou tibebe w la. Ti liv sa a pral montre'w kouman dan ak jansiv ou ka chanje pandan gwosès ou, kijan nou dwe jere chanjman sa yo, epi finalman ki jan aksyon ou ka afekte tou de sante an jeneral ak ap grandi dan nan tibebe w la.

Li rekòmande pou ou li tou le twa liv yo, menm si ou pa li yo ansanm yon sèl kou, paske lè ou li yo tout, ou ap konprann pi byen kijan ou ape ka ede fanmi'w pran swen dan yo.

Si ou te twouve tiliv sa a te itil ou, te mèt se yon ti monnen si ou bay li nan Global Child Dental Fund li ap ede timoun ki nan difikilte tout kote nan mond lan jwenn aksè a swen pou dan yo e mete yon souri nan figi yo.



global child dental fund

www.gcdfund.org



Sante ou pandan gwosès se youn nan faktè sa yo pi enpòtan k ape detèmine akouchman an de yon ti bebe an sante. Li enpòtan pou ou aprann kijan pou pran swen sante pwòp tèt ou a nan bouch ou paske timoun ki gen manman gen move sante nan bouch yo gen plis chans souffri move sante nan bouch pa yo. Sa ka mennen timon nan gen doule ak detrès, sa ki afekte devlopman ak byennèt jeneral pitit ou a pandan timoun lan piti. Lè timoun nan ape grandi li kopye abitud liyèn nan bouch paran yo kidonk li enpòtan ou kòmanse bonè epi kenbe abitud sante sa yo depi anvan tibebe w la fèt.


Vizit kay dantis pandan gwosès

Menm jan li enpòtan ou dwe fè egzamen prenatal, egzamen medikal lè ou ansent, li enpòtan ou chèche konsèy anvan akouchman pou sante bouch, jan yo prale montre ou kijan pou ou anpeche ak jere pwoblèm sante oral pandan gwosès, epi yo pral ankouraje ou tou nan sante ak bon jan kalite nan lavi ou ak sa yo ki an tibebe w la.

Nòmalmman, tout fanm ta dwe gen enfòmasyon sa yo ak aksè a swen dantè prevantif depi nan anfans yo. Omwen, ou ta dwe kapab jwenn aksè a bon jan sèvis swen dantè pandan gwosès ou. Sa ape kapab diminye bezwen pandan ou ansent pou travay dantè ak posib konplikasyon, tankou doule, enflamasyon oswa enfeksyon nan bouch pandan gwosès ki ta ka deranje peryòd sa a ki enpòtan nan lavi ou.

Se yon bon lide ke chak fanm ki ansent ale kay dantis li pandan gwosès li pou evite oswa pou trete maladi oral tankou dan pike ak maladi jansiv. Tout swen dantè nesèsè dwe bay san danje pandan tout etap nan gwosès la, paske an reyalyte, retade tretman nesèsè ta kapab lakòz domaj lakay fanm ansent lan oubyen endirèkteman kay tibebe a.

Fè aranjman pou randevou ou a aranje ou pou ou ka alèz kay dantis la epi ou pa enkyete sou tan ou ape pase a. Li se tou yon bon lide pou ou evite peryòd lè ou santi ou taka anvi vomi.

A close-up photograph of a dentist in a light blue coat and a light blue surgical mask examining a patient's teeth. The dentist is wearing white gloves and using dental instruments to inspect the patient's mouth. The patient is a woman with dark hair, looking up and to the right with a slight smile. The background is a plain, light-colored wall.

*Konfò ou se kle nan lide pou
ou gen yon bon eksperyans,
ou dwe di dantis ou si ou pa
santi ou alèz sou chèz dantè a.*

Fanm ansent yo se yon gwoup pasyan dantè ki mande swen espesyal, se konsa dantis la anvan tout bagay ape monte on dosye sou istwa sante oral ou. Yo prale poze ou kesyon sou sante oral aktyèl ou ak istwa dantè anvan. Li enpòtan ou bay non ak mwayen pou yo ka kontakte doktè ki responsab asistans prenatal ou. Si gen nenpòt enkyetid dantis ape ka kontakte li imedyatman.

Konfò ou se kle nan lide pou ou gen yon bon eksperyans, ou dwe di dantis ou si ou pa santi ou alèz sou chèz dantè a. Kòm gwosès ou ape pwogrese, vant ou ape vin pi gwo, sa ki ka egzije ou oblije chita ak do ou dwat, oswa kouche sou bò gòch pou maksimòm konfò. Ou ka mete yon ti zòrye sou bò gòch pou elve anch ou yon 10 santimèt pou maksimòm konfò.

Malgre ke tretman dantè konsidere kòm pi bon ak pi konfòtab pandan dezyèm trimès gwosès la, pa gen okenn prèv ki montre prevansyon ak tretman reparasyon pandan nenpòt trimès nan gwosès la poze danje pou anman oswa tibebe ki ape devlope a.

Pou rezon sekirite, siy vito tankou tansyon, respirasyon ak kijan kè an ape bat, ka evalue anvan avèk apre nenpòt ki pwosedi dantè. Si yon fanm ansent deja soufri dyabèt anvan gwosès la, oswa si li gen dyabèt jèstasyonèl, yo dwe kontwole nivo sik nan san anvan avèk apre tretman an. Li posib dantis la dwe rantre an kontak avèk entènès osinon jinekòlòg ou.

Kèk pwoblèm sante nan bouch pandan gwosès

Chanjman oral ki pi souvan rive pandan gwosès gen ladan chanjman saliv, jenjivit (enflamasyon nan jansiv yo ki ape senyen), jansiv Hyperplasia (anfle ak jansiv wouj), pyogenic granulom (jansiv ki ape pouse sou dan yo), kavite (dan pike) ak ewozyon dantè (dan ki ape fini).

Kari dantè / Dan pike

Dan pike oswa kari dantè, se yon entèraksyon chimik-bakteri akòz yon seri de entèraksyon dinamik ant bakteri nan bouch la, sik ak dan yo.

Ou ka anpeche kari, men lè yo pa trete, yo ka lakòz doulè, enflamasyon ak enfeksyon.

Li enpòtan ke ou konnen ke dan pa chanje tèt yo nan ankenn fason pandan gwosès la. Si yon fanm ansent gen dan pike, se akòz kondisyon lokal tankou chanjman dyetetik, move lijyèn nan bouch, chanjman ki fèt nan bakteri oral oswa vomisman.

Pou anpeche dan pike pandan gwosès, dantis la pral etabli pratik selon bezwen ou yo, tankou fè randevou regilye pou kontwole kondisyon oral ou, fè netwayaj pwofesyonèl dantè, itilize fliyò ak klorèksidin, epitou bay konsèy konsènan abitud manje ak lijyèn nan bouch.

Ewozyon dantè

Ewozyon dantè se dan ki atake san yo pa nan prezans bakteri. Li ka fèt pandan gwosès la akòz vomisman yo paske yo fè sou yon peryòd tan ki long, oswa pètèt nan manje sid, sa ki lakòz sansibilite cho ak frèt.

6

Rezilta ewozyon dantè se yon sifas briyan, lis de dan an, avèk yon pèt nan emay ak /oswa dantin lan. Tou depan de nivo pèt ki genyen, li ka lakòz sansibilite, doulè ak domaj estetik. Pou anpeche sa a, dantis ou pral fè yon evalyasyon risk pou ou. Risk ou genyen pou ewozyon ap ogmante si ou soufri vomisman oswa rflu. Li posib yo sèvi ak fliyò yo anpeche plis ewozyon, men nan ka ki grav, restorasyon kapab nesesè.

Jenjivit ak maladi parodontal

Gwosès ka fè jansiv yo ak lòt tisi ki sipòte dan an plis dispoze pou enflamasyon ak enfeksyon. Se sa yo rele maladi parodontal la. Li ka ape pase paske chanjman òmòn ki afekte flor oral la (saliv ak likid jansiv). Fanm ansent ki gen dyabèt yo gen plis tandans fè maladi parodonta.

Enflamasyon nan jansiv lan sèlman rele jenjivit. Sa a trè komen pandan gwosès, men si yon fanm ansent bwòs ak pase fil dantè nan dan li byen, li pral diminye chans li pou li soufri maladi jansiv sa a.

Lè enflamasyon ak enfeksyon mal kontwole, li ape gen kòm rezilta yon pèt nan zo ki sipòte ak antoure dan yo: maladi sa a rele Peryodontit. Rechèch lye maladi parodontoliz kay fanm ansent avèk preeklanpsi, ti bebe ki fèt twò bonè ak ki gen fèb pwa nan nesans. Kenbe nan tèt ou, ke gwosès pa lakòz maladi jansiv. Sa a se rezilta move liyèn nan bouch ki lakòz chanjman ki fèt nan jansiv yo.


Ipèplazi jenjival ak granilòm pyogenic

Chanjman òmòn ki fèt pandan gwosès la ka asosye ak yon fòm espesifik oswa jeneralize nan ipèplazi jansiv, ki se jansiv yo ki ape gwosi. Prezans sèten faktè lokal, tankou byofim, kalkè ak restorasyon dantè ki debòde ka aksantye repons jansiv yo, pou yo fòme yon granilòm pyojenik, ki se yon lezyon benen, ki ape grandi rapide, anjeneral, ki rive nan premye trimès gwosès la jouk nan twazyèm trimès la.

Yon bon rejim liyèn nan bouch se yon bagay enpòtan pou minimize faktè sistemik pou tout fòm nan ipèplazi jenjival. Anjeneral, granilòm pyojenik la retresi apre akouchman an; sepandan, defwa chiriji dwe fèt. Fanm ansent dwe okouran ke li ka rive ankò, siveyans pwofesyonèl gen gwo enpòtans.

Zerostomi

Gen kèk fanm ansent ka soufri soti bouch sèch (zerostomi). Chanjman òmòn ki asosye ak gwosès la se yon eksplikasyon pou sa a. Se yon bon lide bwè ti gout dlo plis souvan epi moulen chiklèt ki gen zilitòl (pa gen sikoz) nan ede soulaje sechrès la. Itilizasyon dantifris ak dlo bouch ki gen fliyò ka ede tou retabli mineral nan dan yo ak redwi risk pou yo gen kari ak sansibilite lokalize.

A young woman with long dark hair, wearing a grey t-shirt, is smiling and looking towards the camera. She is holding a white bowl filled with a green salad in her left hand and a silver fork with a bite of salad in her right hand. The background is a bright, out-of-focus kitchen area with a window showing greenery outside.

*Manje balanse ak
eleman nitritif esansyèl
pral jwe yon wòl enpòtan
nan kenbe ou an sante.*

Konsèy sante nan bouch

Chanje abitud ke ou gentan genyen se san dout yon tach difisil, men gwsès se yon bon moman pou kòmanse adopte bon konpòtman sante nan bouch.

Konsa, ki lè ki pi bon pou ou kòmanse pran swen dan pitit ou a? Pandan gwsès la se pi bon moman an. Bon sante nan bouch ak absans maladi dantè ak pwoblèm parodontal pandan gwsès pral siyifikativman kontribye nan bon jan kalite nan sante jeneral ou

Rejim

Manje balanse ak eleman nitritif esansyèl pral jwe yon wòl enpòtan nan kenbe ou an sante. Si yon manman gen yon eta nitrisyonèl pòv pandan premye trimès nan gwsès li, li ka chanje òmòn tibebe l la ak anviwònman nitrisyonèl pandan peryòd la enpòtan nan devlopman plasenta a. Sa a kapab tou afekte pwa tibebe a ak sante li. Kontinwite nenpòt malnitrisyon matènèl pandan dezyèm ak twazyèm trimès la ka kontinye agrave alterasyon kwasans ak devlopman ti bebe an.

Rejim alimantè ou pandan gwsès ou ape gen enpak sou dan tibebe ou a. Dan sa yo pral kòmanse fòme ozalantou sizyèm semèn nan gwsès la ak premye molè pèmanan yo ap kòmanse fòme alantou senkyèm mwa a.

Si ou ta gen yon defisi vitamin, li enpòtan ou ale chache konsèy medikal paske dan yo ki ape fòme ta ka domaje. Nenpòt defisi souvan rezoud fasil pa doktè a ki rekòmande ou siplemantè apwopriye. Anplis de sa, vitamin ki gen ladan fliyò ta dwe vite pandan gwsès depi fliyò a konbine ak kalsyòm ki nan zo a ape anpeche absòpsyon vitamin.

Alafen, gwsès se yon pwosesis nòmal epi majorite de ti bebe yo fèt san pwoblèm. Se pou sa, chak nouvo manman dwe swiv konsèy sa yo pou yo gen yon mòdvi an sante ak:

- Manje an sante nan yon manyè ki ekilibre ak nan moman ki apwopriye yo. Manje ki sen sa yo gen ladan fwi, legim, grenn antye tankou sereyal ak pen, pwason vyann, ze, pwa ak nwa;

- Manje yon kantite limite manje ki gen sik epi sèlman nan moman repa;
- Evite bwason ki gen sik, asid ak lòt bwason asid;
- Manje plis fwi fre olye ji fwi pou ou ka absòbe kantite fwi ki rekòmande a pou konsomasyon chak jou;
- Fè tchèkòp medikal regilye nan lè yo rekòmande;
- Evite fimèn ak konsomasyon alkòl pandan gwosès.

LIJYÈN ORAL

Li rekòmande:

- Bwose dan ou a ak dantifris ki gen fliyò 2 oubyen 3 fwa nan yon jounen ak itilize fil dantè. Ou dwe toujou bwose nan maten ak anvan ou ale dòmi, epi si sa posib, ant repa yo. Chanje bwòs ou chak 3-4 mwa;
- Si sa nesesè, ou ka bezwen sèvi ak yon dlo bouch chak jou (de preferans sa ki pa gen alkòl). Gen kèk manman ka bezwen dlo bouch ki gen antibyotik, tankou klorèksidin. Ou ka diskite sou sa ak dantis ou;
- Si w pa ka netwaye bouch ou apre yon repa ou ta dwe konsidere yon chiklèt san sik ki gen zilitol, ki pral ede ou diminye bakteri yo ki lakòz dan pike;
- Si reflè oswa vomisman vin tounen yon pwoblèm pi gwo, ou ta dwe konsidere rense bouch ou ak yon solisyon ki gen bikabonat ladann, oswa yon fliyò ki nan yon dlo bouch dirèkteman apre vomisman. Lè ou fè sa ou pral netralize asid gastrik ak evite twòp ewozyon dantè.



*Bwòse nan maten,
anvan ou dòmi,
epi si posib, ant repa.*

Lòt tiliv nan seri sa a:

Sante Bouch ak Bebe ou

Bay tete Bibwon Itilizasyon tetin
Fè dan ak premye vizit kay dantis
Kisa ki bon pou manje ak dan tibebe
Lijyèn nan bouch
Maladi bouch ki pi kouran
Prevansyon nan chòk dantè

Sante Bouch ak Pitit ou

Dan tibebe ak chanje dan
Dan pèmanan
Kisa ki bon pou manje epi sante bouch
Bon liyèn bouch
Maladi bouch ki pi kouran
Defòmasyon dan
Prevansyon nan chòk dantè
Dan yo ak pozisyon yo nan bouch la

Otè ti tiliv yo (soti agoch rive adwat)



Dóris Rocha Ruiz DDS, MSc
Sônia Groisman DDS, MSc, PhD
Valerie Wordley BDS
Raman Bedi BDS, MSc, DDS, FDSRCS(Ed),
FDSRCS(Eng), FGDP, FFPH, Doctor of Science
(Univ. Bristol), Doctor of Humane Letters
(AT Still Univ., Arizona)



Si ou te twouve tiliv sa a te itil ou, te mèt se yon ti monnen si ou bay li nan Global Child Dental Fund li ap ede timoun ki nan difikilte tout kote nan mond lan jwenn aksè a swen pou dan yo e mete yon souri nan figi yo.



global child dental fund

Imèl: info@gcdfund.org **Vizite:** www.gcdfund.org

Global Child Dental Fund, Rooms 329-331, 26-29 Drury Lane,
Lond WC2B 5RL Wayòm Ini
Nimewo anrejistreman charite: 1125850 (Angletè & Peyi Gal)