

## RÅD TILL GRAVIDA

Problem med tänder och tandkött kan öka under graviditet. Bakteribeläggning på tänderna kan leda till svullet och blödande tandkött, och/eller tandlossning, den allvarigare formen av tandköttssjukdom. Detta kan i sin tur orsaka graviditetskomplikationer och därmed för tidig födsel. God munhygien är därför extra viktigt för både kvinnan och det väntade barnet.

Det är alltid viktigt att vara uppmärksam på problem från munnen så som:

- inflammerat, blödande eller tillbakadraget tandkött
- dålig andedräkt
- smärta när du tuggar
- att tänderna rör sig

### *Förändringar i tandköttet:*

Inflammerat tandkött är mycket vanligt under graviditeten, men med lämpliga åtgärder försvinner det efter förlossningen. Om tandköttet är svullet är det ändå alltid bäst att kontakta tandvården.

### *Förebyggande:*

För att undvika problem från mun och tänder är det viktigt att borsta tänderna med tandkräm två gånger dagligen, samt rengöra mellan tänderna. Fråga din tandläkare eller tandhygienist hur du bäst sköter din munhygien. Om du märker att tandköttet är inflammerat eller blöder bör du uppsöka tandvården.

### *Behandling:*

Problem med tänder och tandkött kan med fördel behandlas före eller under graviditeten mellan vecka 14 och 29. Behandling bör undvikas innan vecka 13.

### *Röntgen och bedövning:*

Tandröntgen och lokalbedövning kan användas vid behandlingar utan risk för fostret eller den gravida kvinnan, från vecka 14.

### *Smärtstillande medel och antibiotika:*

Behandling med smärtstillande läkemedel och antibiotika i graviditet är möjlig om lämpliga läkemedel väljs. Informera alltid tandvården om att du är gravid och rådgör vid behov med läkare eller barnmorska.

### *Sammanfattande råd:*

Om du är gravid eller planerar att bli gravid, är det viktigt att veta att det finns en möjlig koppling mellan tandköttinflammationer och graviditetskomplikationer. Därför kan tandköttbehandling vara nödvändig, antingen före graviditeten eller mellan graviditetsvecka 14 och 29.

Hälsosamma levnadsvanor är viktigt, eftersom framför allt rökning kan öka risken för graviditetskomplikationer.

## RÅD TILL VÅRDPERSONAL

Mödrahälsovården bör informera gravida kvinnor om vikten av att uppsöka tandvården snabbt vid problem med tandköttet eller tänderna, eftersom det kan finnas risk för vissa graviditetskomplikationer. Det är dessutom lämpligt att boka tid för kontroll hos tandvården tidigt i graviditeten, även om man inte upplever några problem.

Allmänläkare bör hålla munhälsan i åtanke, och hänvisa till tandvården, om gravida söker för symtom som inger misstanke om problem med tandkött eller tänder. God munhälsa är ett av skälen att avstå rökning och snusning samt att bibehålla hälsosamma levnadsvanor.

