

Ošetrovanie tehotných pacientok v zubnej ambulancii

Tehotenstvo je obdobie veľkých hormonálnych a zdravotných zmien, ktoré môžu ovplyvniť aj stav ústnej dutiny. Pravidelné návštevy zubného lekára počas tehotenstva sú veľmi dôležité nielen pre zdravie matky, ale aj pre zdravý vývoj dieťaťa. Mnohé budúce mamičky sa však obávajú, či je ošetrovanie u zubára bezpečné a kedy je naň najvhodnejší čas.

Prečo je starostlivosť o zuby počas tehotenstva dôležitá?

Počas tehotenstva sa zvyšuje hladina hormónov, čo môže spôsobovať:

- **krvácanie ďasien,**
- **tehotenský zápal ďasien,**
- **zvýšenú tvorbu zubného povlaku,**
- **vyššie riziko vzniku kazov,**
- **citlivosť zubov,**
- **zhoršenie parodontitídy.**

Časté vracanie pri ranných nevoľnostiach môže navyše poškodzovať zubnú sklovinu vplyvom žalúdočných kyselín.

Neliečené zápaly v ústnej dutine môžu mať negatívny vplyv na celkové zdravie matky a v niektorých prípadoch sa spájajú aj s vyšším rizikom predčasného pôrodu alebo nízkej pôrodnej hmotnosti dieťaťa.

Kedy je najlepšie navštíviť zubára počas tehotenstva?

Pred tehotenstvom

Najideálnejšie je absolvovať preventívnu prehliadku ešte pred plánovaným otehotnením. V tomto období je vhodné:

- **ošetriť kazy,**
- **vyriešiť zápaly,**
- **odstrániť zubný kameň,**
- **dokončiť potrebné zákroky.**

Tak sa minimalizuje potreba komplikovaného ošetrovania počas gravidity.

Prvý trimester (1.–13. týždeň)

V prvom trimestri prebieha vývoj orgánov plodu, preto sa odporúča:

- **vykonávať iba nevyhnutné a akútne ošetrovanie,**
- **vyhnúť sa dlhým a stresujúcim zákrokom,**
- **odložiť estetické výkony na neskôr.**

Ak pacientku trápi silná bolesť, opuch alebo infekcia, ošetrovanie je potrebné vykonať bez odkladu.

Druhý trimester (14.–27. týždeň)

Druhý trimester sa považuje za najbezpečnejšie a najvhodnejšie obdobie na stomatologické ošetrovanie. Pacientka sa väčšinou cíti lepšie, nevoľnosti ustupujú a riziká pre plod sú nižšie.

V tomto období možno bezpečne vykonávať:

- **plombovanie,**
- **dentálnu hygienu,**
- **extrakcie,**
- **endodontické ošetrovanie,**
- **RTG vyšetrenia s ochranou,**
- **profesionálne čistenie zubov.**

Tretí trimester (28. týždeň až pôrod)

V posledných mesiacoch tehotenstva môže byť dlhšie sedenie v kresle nepríjemné. Odporúčajú sa:

- *kratšie návštevy,*
- *pohodlná poloha pacientky,*
- *len potrebné ošetrenia.*

Pri ležaní na chrbte môže zväčšená maternica tlačiť na veľké cievy a spôsobovať nevoľnosť alebo závraty, preto sa pacientka často polohuje mierne na ľavý bok.

Je anestézia počas tehotenstva bezpečná?

Lokálna anestézia používaná v stomatológii je pri správnom dávkovaní bezpečná aj počas tehotenstva. Neliečená bolesť a infekcia predstavujú často väčšie riziko než samotné ošetrenie.

Dôležité je:

- *informovať zubára o tehotenstve,*
- *uviesť týždeň gravidity,*
- *oznámiť všetky lieky a komplikácie.*

Môžu sa robiť RTG snímky?

Áno, ak sú nevyhnutné. Moderné digitálne RTG snímky majú veľmi nízku dávku žiarenia. Pri vyšetrení sa používa ochranná olovená zástera a štít na ochranu krku. RTG sa vykonáva iba v nevyhnutnej potreby a s maximálnou opatrnosťou.

Odporúčania pre tehotné pacientky

Počas tehotenstva sa odporúča:

- *čistiť zuby minimálne 2x denne,*
- *používať mäkkú kefku,*
- *pravidelne používať medzizubné kefky alebo niť,*
- *obmedziť sladké jedlá a nápoje,*
- *po vracaní nečistiť zuby okamžite, ale vypláchnuť ústa vodou,*
- *absolvovať dentálnu hygienu a preventívnu prehliadku.*

Tehotenstvo nie je dôvodom odkladať návštevu zubára. Naopak, správna starostlivosť o ústne zdravie je dôležitou súčasťou zdravého tehotenstva. Najvhodnejším obdobím na plánované stomatologické ošetrenie je druhý trimester, no akútne problémy je potrebné riešiť okamžite bez ohľadu na štádium gravidity.

Spolupráca medzi pacientkou, gynekológom a zubným lekárom pomáha zabezpečiť bezpečné a komfortné ošetrenie pre budúcu mamičku aj jej dieťa.

