



Menopoz Dönemi

Kadınların hayatında önemli olan bir dönemdir. Hormonal değişiklerin yanında psikolojik değişiklikler de yaşanır. Menopoz döneminde vücutta meydana gelen değişiklikler ve psikolojik sorunlar nedeniyle ağız bakımı genellikle ihmal edilir.

Bu dönemde östrojen seviyesi en az düzeye iner. Östrojen azlığı kalsiyum emilmesini negatif etkiler ve kemik erimesine yol açar. Bu dönemde kullanılan ilaçlara ve hormonal değişikliklere bağlı olarak ağız içinde de bazı değişiklikler meydana gelir. Tükürük salgısı azalır, ağız mukozası ve dişeti kalınlığı azalır, osteoporozaya bağlı olarak kemik erimesi ve dişeti çekilmeleri yaşanır. Tükürük azalması ağız kuruluşuna yol açar bu da ağızda ağrı ve yanma hissi oluşturur, tat alma duyusunu değiştirir.

Bu dönemde kemik erimelerinin önüne geçmek için yeterli miktarda kalsiyum alınmalı, diş kayıplarını engellemek için ağız hijyenine dikkat edilmeli. Günde 2 kez dişler fırçalanmalı, düzenli aralıklarla kontroller yaptırılmalı. Ağız kuruluşu için ağız sık sık suyla çalkalanabilir ya da yapay tükürük solüsyonları, nemlendiricili gargaralar kullanılabilir.



444 3 347

www.dentram.com

Bağdat Caddesi

Bağdat Caddesi Hulusibey Apt.
No: 253/4 Göztepe / İSTANBUL
T (0216) 363 36 36
G (0530) 330 88 00
F (0216) 363 55 39
E info@dentram.com

Levent

Çilekli Cad. No: 4
Levent / İSTANBUL
T (0212) 280 88 00
G (0544) 800 05 15
F (0212) 347 25 10
E levent@dentram.com

Acarkent

9. Cadde Arda İş Merkezi
(T-5) 1. Kat Beykoz / İSTANBUL
T (0216) 485 90 30
G (0530) 330 88 01
F (0216) 485 90 32
E acarkent@dentram.com

www.dentram.com



KADINLARDA
AĞIZ VE DİŞ
SAĞLIĞI


Dentram
Woman



Vücudumuzda meydana gelen değişiklikler, sağlık problemleri doğrudan ya da dolaylı olarak ağız ve diş sağlığımızı etkiler. Ancak kadınların yaşamlarının belli dönemlerinde ağız ve diş sağlığına daha fazla önem vermeleri daha özenli olmaları gerekir. Hormonal ve fizyolojik değişikliklerin yaşandığı bu dönemler ergenlik, menstruasyon, gebelik, emzirme ve menopoz olarak sıralanır. Her dönem vücutta yaşanan değişikliklere bağlı olarak ağız ve dişlerde farklı sorunların yaşanmasına yol açar. Bu nedenle her dönem öncesi düzenli kontroller yaptırılmalı, sorun yaşanmasını engelleyecek ağız hijyen kurallarına dikkat edilmeli, tedaviler geciktirilmeden yaptırılmalıdır.



Ergenlik Dönemi ve Menstruasyon

Ergenlik ve menstruasyon dönemlerinde meydana gelen hormonal değişiklikler en çok dişeti sağlığını etkiler. Dişetlerinde gingivitis'e (dişeti iltihabı) bağlı olarak şişlikler, kızarıklıklar artar, dişeti kanamaları görülebiliyor. Hormonal değişiklikler özellikle ağız bakımı yetersiz olan kişilerde bakteri plağına ve dişeti iltihabına yol açar. Bu dönemde ağız bakımına daha fazla dikkat edilmeli, düzenli aralıklarla diştaşı temizliği yaptırılmalı ve plak kontrolü sağlanmalı. Oral hijyen eğitimi, düzenli diş fırçalama ve diş ipi kullanımı ile bu tarz dişeti problemlerinin önüne geçilebilir.



Gebelik Dönemi

Bu dönem her kadın için çok özel bir dönemdir. Hem annenin hem de bebeğin sağlığı için dikkatli olunması gerekir. Hamilelik döneminde ağız ve diş sağlığı ciddi şekilde etkilenir. Bu dönemde ağızdaki asit seviyesi değişir, bu da bakteriyel ortamın değişmesine sebep olur. Özellikle bulantı ve kusma problemi olan kişilerde mide asidi, dişleri ve dişetlerinde olumsuz sonuçlara yol açar. Bu durum diş çürüklerinin artmasına da neden olabilir. Bu dönemdeki bulantılara bağlı olarak ağız bakımı da ihmal edilirse dişlerde çürük ve dişeti hastalığı riski daha da artar. Dişlerini korumak için, kusma sonrasında ağız su ile çalkalanmalı ve yarım saat sonra dişler fırçalanmalı.



Hamilelik döneminde özellikle dişetleri çok etkilenir ve hamilelik gingivitis'i adı verilen dişeti hastalığı yaygın bir şekilde görülür. Dişetinde kızarıklık, şişlik, kanama ve hassasiyet meydana gelir. Bu durum genellikle 2. Ayda başlayıp 8. Aya kadar devam eder. Bu nedenle ağız hijyenine ekstra dikkat edilmeli belirli aralıklarla diş temizliği yaptırılarak problemler kontrol altına alınmalı.

Hamilelik dönemi 3 döneme ayrılır. İlk 3 aylık dönem, bebek gelişiminin en fazla olduğu dönem olduğu için, son 3 aylık dönem de anne doğum riski yaşadığı için acil olmayan müdahalelerden kaçınılır. 2. Dönem yani 3-6 ay arası tedavilerin uygulanabileceği en güvenli dönemdir. Bu dönemde ertelenmesi mümkün olmayan diş tedavileri, diş çekimleri, dolgu ve kanal tedavileri yapılabilir. Fakat ciddi ağrı ve enfeksiyon durumunda ise kadın doğum uzmanı ve diş hekiminin birlikte aldığı bir kararla gerekli tedaviler uygulanabilir.



Hamilelik döneminde zorunlu olmadıkça röntgen de çekilmemeli. Zorunlu hallerde ise ağız içinden 1 - 2 röntgen çekimi yapılabilir ancak çekim sırasında mutlaka kurşun önlük giyilmeli.

Planlı gebeliklerde hamilelik öncesi kontrolden geçilip gerekli diş tedavileri tamamlanmalı. Ağız hijyeni kontrol altına alınmalı, çürükler ve riskli dişler tedavi edilmeli. Hamilelik süresince de düzenli aralıklarla ağız ve diş bakımı yaptırılarak olası dişeti hastalıklarının önüne geçilmeli.

Hamilelik dönemi, ağız ve diş sağlığını etkilerken aynı şekilde mevcut dişeti hastalıkları ve diş enfeksiyonları da bebeğin gelişimini ve sağlığını etkiler. Uzun süren dişeti hastalıkları erken doğum riskini arttırır. Bu nedenle sağlıklı bir hamilelik geçirmek için bu dönemde ağız ve diş sağlığınıza özel önem verilmeli, düzenli kontroller yaptırılmalı.