

Ձեր բերանի առողջությունը կարևոր է հղիության ընթացքում

Հղիության ընթացքում կարևոր է խնամել ձեր ատամները և լնդերը: Ձեզ և ձեր երեխայի համար կարևոր է, որ խնամեք ձեր ատամները, ուտեք առողջ սնունդ և կիրառեք այլ առողջ ապրելակերպեր:

Խորհուրդներ բերանի խոռոչի լավ խնամքի համար

- Հղիության ընթացքում ձեր մարմնի փոփոխությունները կարող են հանգեցնել լնդերի ցավի, այտուցվածության և, հնարավոր է, արյունահոսության: Սա կոչվում է գինգիվիտ, և ձեր ատամնաբույժը կարող է բուժել այն:
- Բերանի խոռոչի խնամքն ապահով է հղիության ընթացքում, և կարևոր է այցելել ատամնաբույժի յուրաքանչյուր 6 ամիսը մեկ, կամ երբ մտահոգություններ ունեք:
- Դուք պետք է մաքրեք ատամներն օրը առնվազն երկու անգամ և փոխեք ատամի խոզանակը յուրաքանչյուր 3-4 ամիսը մեկ:
- Ամեն երեկո լվացեք բերանը ֆտոր պարունակող ողողիչով:
- Կերեք բազմազան առողջ սնունդ, ինչպիսիք են մրգերը, բանջարեղենը, կաթնամթերքը և ամբողջական հացահատիկները:
- Եթե փսխում եք, կարևոր է լվանալ բերանը, որպեսզի թթուները հեռացվեն ատամներից:

Ձեր լնդերի առողջությունն ազդում է ձեր չծնված երեխայի առողջության վրա

Հետազոտությունները ցույց են տալիս, որ լնդերի հիվանդություն ունեցող հղի կնոջ մոտ ավելի մեծ է փոքր երեխա ունենալու հավանականությունը:¹

Հղի կանայք պետք է հղիության ընթացքում առնվազն մեկ անգամ այցելեն ատամնաբույժի: Դուք կարող եք բուժում ստանալ հղիության ընթացքում:



Եթե ձեզ օգնություն է անհրաժեշտ ատամնաբույժ գտնելու համար կամ հարցեր ունեք ձեր ատամնաբուժական նպաստների վերաբերյալ, այցելեք www.hndental.com կայքը կամ զանգահարեք.

Los Angeles վարչաշրջանի անդամներ՝ **1-844-233-4522**

Sacramento վարչաշրջանի անդամներ՝ **1-833-493-0428**

Լնդերի հիվանդություն

- Երբ հղի եք, լնդերի հիվանդությունը հեշտ է առաջանում:
- Լնդերի հիվանդությունը ցավոտ չէ, ուստի դուք կարող է չիմանաք, որ այն ունեք:
- Եթե ատամները մաքրելիս լնդերն արյունահոսում են, հնարավոր է, որ լնդերի հիվանդություն ունեք:
- Լնդերի հիվանդությունը կանխելու լավագույն միջոցն ատամները օրը առնվազն մեկ անգամ մաքրելն է, բայց օրը երկու անգամ ավելի լավ է:
- Եթե կարծում եք, որ լնդերի հիվանդություն ունեք, այցելեք ձեր ատամնաբույժին: Վաղ փուլում լնդերի հիվանդությունը հեշտ է բուժել:

Աշխատանքային ժամեր՝
8 a.m.-ից 5 p.m.-ը,
խաղաղօվկիանոսյան
ժամանակով
TDD/TTY օգտագործողները
պետք է զանգահարեն
1-800-466-7566:

¹Offenbacher, Steven, «Պարողոնտալ վարակը որպես վաղաժամ ցածր քաշով ծննդաբերության հնարավոր ռիսկի գործոն», Պարողոնտոլոգիայի ամսագիր, 1996 թ. հոկտեմբեր, 67 (10 հրտ), էջ՝ 1103-1113:

Աղբյուր և կայք.

Մանկական ատամնաբուժության ձեռնարկի 5-րդ հրատարակություն: Ամերիկյան մանկական ատամնաբուժության ակադեմիա (AAPD), www.aapd.org:

Այս տեղեկատվությունը նախատեսված չէ փոխարինելու բժշկական կամ ատամնաբուժական խնամքը: Խնդրում ենք միշտ հետևել ձեր առողջական խնամքի մատակարարի ցուցումներին:

Health Net Community Solutions, Inc.-ը հանդիսանում է Health Net, LLC-ի և Centene Corporation-ի մասնաձյուղ: Health Net-ը Health Net, LLC-ի գրանցված ապրանքանիշն է: Բոլոր իրավունքները պաշտպանված են:

FLY1959753MH01w (4/25)