

ارتودنسی در بارداری

آیا ارتودنسی در بارداری مضر است؟ آیا با وجود یک بچه در شکم میتوان تحت درمان اصلاح فرم دندان ها قرار گرفت؟ آیا ارتودنسی در بارداری ضرر دارد؟ آیا ارتودنسی با بارداری تداخل دارد؟ عوارض و خطرات این درمان در حاملگی کدامند؟ جوانب مثبت این درمان چیست؟ آیا ارتودنسی در بارداری را میتوانم به بعد از زایمان موکول کنم؟ اصلا بهترین زمان انجام این درمان قبل از حاملگی است یا حین و یا بعد از آن؟

بهترین زمان برای ارتودنسی در بارداری

اینکه خانم های که در سنین بارداری قرار دارند چه وقت برای اصلاح مشکلات دندان های خود به متخصص ارتودنسی دندان مراجعه کنند همیشه یک چالش است. این خانم ها میتوانند از هر زمانی پیش، حین یا بعد از بارداری خود اقدام به درمان کنند. اما درمان ارتودنسی واقعا در کدام دوره بهتر است؟ پس ابتدا بگذارید انجام این درمان، قبل، حین و بعد از حاملگی را به صورت خلاصه بررسی کنیم.

جهت استفاده از خدمات **بیمه دندانپزشکی** با مشاورین مهر از کارت تماس حاصل نمایند

جهت مشاهده تعرفه **تخفیف ارتودنسی** کلیک کنید.

قبل از بارداری

به نظر میرسد با توجه به اینکه خانم ها در این دوره از هر نظر آزاد تر هستند و دغدغه هایشان کمتر است، بهترین موقع انجام درمان، قبل از حامله شدن است. اگر برایتان مقدور باشد که قبل از اقدام به بارداری درمان خود را به اتمام برسانید خیلی خوب میشود. اما با این وجود اگر تحت درمان هستید و هنوز مدت درمان شما باقی مانده است نیز، فرصت خوبی برای بارداری و ادامه درمان است.

ارتودنسی در دوران بارداری

خانم های زیادی وجود دارند که اتفاقا با آغاز حاملگی خود اقدام به انجام درمان ارتودنسی میکنند. با وجود برخی تغییرات گسترده طی این دوره که در بدن خانم ها ایجاد میشود، اما انجام این درمان حتی در این دوره هیچ محدودیتی به همراه ندارد.

قیمت ارتودنسی دندان های جلو با کاهش هزینه مهر از کارت چقدر است؟

بعد از بارداری

به دلیل اینکه درمانهای ارتودنسی نیازمند مراجعه زیاد به متخصصان و کلینیک هستند، مادر تا زمانی که فرزندش بزرگ نشود بهتر است که اقدام به درمان نکند. اگر کسی در خانه دارید که مراقب کودکان باشد میتواند طی جلسات ویزیت با خیال راحت به کلینیک بروید، اما اگر در نگهداری از فرزند خود تنها هستید انجام این درمان میتواند کمی در دسرساز شود.

بارداری چگونه بر دهان و دندان باثنا تاثیر میگذارد؟

بارداری دوره حساسی است که میتواند تغییرات بسیار زیادی در آن به وجود بیاید. بر اثر **تغییرات هورمونی** طیف وسیعی از تغییرات که شامل برخی مشکلات و جوانب منفی نیز میشود در این دوره به وجود می آید. به عنوان مثال، حاملگی باعث می شود که بعضی از خانم ها التهاب لثه و یا حتی عفونت آن را تجربه کنند. به این وضعیت بیشتر بیماری لثه گفته میشود.

بارداری و تورم لثه ها

به دلیل تغییرات هورمونی طی دوره بارداری، بخش های مختلف بدن دچار ورم یا ادم بارداری میشود. این وضعیت میتواند باعث شکل گیری پدیده جالب و موقتی به نام تومورهای بارداری شوند. البته نگران نباشید این تومورها، بدخیم که هیچ، حتی خوشخیم هم نیستند و خیلی زود از بین میروند. در این پدیده فضای بین دندان های شما دچار تورم میشود. به عبارتی لثه شما کمی متورم شده که در نتیجه آن میتواند دچار التهاب نیز شود.

بازگشت تغییرات بعد از بارداری

این تغییرات هورمونی در دوران بارداری همچنین می توانند دندانها را شل کنند. البته این بدان معنا نیست که دندانهای شما در معرض خطر ریزش قرار دارند. و همه آن ها ممکن است بی افتند. پس از زایمان و به دنیا آمدن نوزاد، دندانهای شما باید مثل قبل از حاملگی در جای خود محکم شوند و دیگر لق نباشند.

ارتودنسی در بارداری با وجود لق شدن دندان ها

ما به [لق شدن دندان ها](#) در طی بارداری اشاره کردیم. دقت کنید که موضوع اصلی ما هم ارتودنسی در بارداری است. و لق بودن دندان چیزی نیست که متخصص [ارتودنسی](#) را مجاب کند برای شما درمانی انجام دهد. زیرا یک دندان لق میتواند با دستگاه های ارتودنسی ثابت بی افتد و حتی درمان را با شکست مواجه کند.

اما خب، به این نکته هم باید اشاره کرد که همه خانم ها در این دوره، لق شدن دندان ها را تجربه نخواهند کرد. و یا حتی اگر تجربه کنند جزئی و موقتی است. با این وجود حتی اگر دندان های شما در این دوره لق نشده باشند نیز، باید مراقب باشید و به متخصص ارتودنسی خود بگویید تمام نکات و توصیه های لازم را به شما گوشزد کند. تا بهترین درمان ارتودنسی در دوران بارداری را داشته باشید.

برای مثال به طور معمول بیماران عادی باید حداکثر پس از ۸ هفته برای تنظیم مجدد سیم قوس دار و سایر بخش های بریس ارتودنسی به متخصص ارتودنسی مراجعه کنند. اما شما به عنوان یک خانم باردار باید طی همین مدت زمان چندین بار به متخصص خودتان مراجعه کنید.

[ارتودنسی برای چه کسانی مناسب است؟](#) افراد واجد شرایط چه کسانی هستند؟

آیا ارتودنسی در بارداری نیازمند پرتوی اشعه ایکس است؟

به عنوان یک خانم باردار، ممکن است شما در مورد اشعه ایکس ساطع شده برای گرفتن تصاویر پزشکی دندانهای خود نگران باشید. این یک نگرانی رایج و البته مهم در خصوص خانم های حامله است. همیشه بهتر است که در حین بارداری، از قرار گرفتن در معرض حتی مقادیر اندکی از اشعه ایکس جلوگیری کنید.

با این حال، ارتودنسیست ها دست روی دست نمیگذارند تا اشعه به گردن، شکم و سایر بخش های بدن شما برخورد داشته باشد. آن ها از شیلدهای سربی یا محافظ اشعه برای پیشگیری از برخورد اشعه به شما و جنین استفاده میکنند. تا اطمینان حاصل شود که کودک در حال توسعه و رشد شما در معرض تابش پرتوهای ایکس نباشد. بنابراین با این تفاسیر ارتودنسی در دوران بارداری با همت متخصصان میتواند بی ضرر و عاری از صدمه اشعه باشد.

با این وجود بهتر است که طی سه ماهه اول بارداری، از قرار گرفتن در معرض اشعه خودداری کنید. زیرا در این دوره حساس امکان جهش ژنتیکی در جنین وجود دارد و ممکن است با نقط ژنتیکی یا مادرزادی به دنیا بیاید.

ارتودنسی دندان چند سال طول میکشد؟

رسیدگی به بهداشت دهان و دندان در بارداری با ارتودنسی

یکی از مشکلات رایج ارتودنسی در میان اکثر بیماران، دشواری مسواک زدن، نخ دندان کشیدن و تمیز کردن دهان و دندان با وجود دستگاه های ارتودنسی مثل بریس ها است. به دلیل وجود این دستگاه ها شما مثل همیشه نمی‌توانید مسواک بزنید و مجبورید که وقت و دقت بیشتری برای این کار اختصاص دهید. این امر به بیماران عادی همیشه تاکید میشود اما تاکید بیشتر ما برای خانم های باردار است. زیرا مشکلاتی مانند تهوع و استفراغ را به کررات تجربه میکنند و تمیز کردن دهان و دندان یا رسیدگی به بهداشت دهان در این خصوص برایشان کمی دشوارتر از سایر بیماران میشود. با این حال اگر دستگاه های شما از نوع ارتودنسی متحرک باشد کمتر با این مساله روبرو خواهید شد.

برای دیدن [تعرفه دندانپزشکی اینجا کلیک کنید.](#)

تاثیرات مخرب استفراغ روی بهداشت دهان و دندان

با هر بار استفراغ مقداری اسید همراه مواد بالا آورده شده وارد دهان شما میشود. این اسید میتواند به دندان های سالم شما لطمه بزند. و اگر آن را مدیریت نکنید میتواند باعث پوسیدگی دندان های شما شود. در ثانی، اسید معده به اندازه ای قدرتمند هستند. که خطری برای استحکام و موجودیت دستگاه های ارتودنسی باشند. اگر در دوران بارداری دچار استفراغ هستید، باید بلافاصله پس از استفراغ، دندانهای خود را بشویید. و مسواک بزنید. اگر چنین نکنید و به شستشوی دندان های خود اهمیت ندهید. ارتودنسی در دوران بارداری میتواند باعث پوسیدگی دندان های شما شود.

رفع مشکل استفراغ در دوران بارداری

یک متخصص ارتودنسی خوب به شما می آموزد که چگونه از بریس و دستگاه های ارتودنسی خود مراقبت کنید تا هرگونه باکتری یا ذرات مواد غذایی را به خوبی از بین برده و سلامت دهان و دندان خود به ویژه سلامت لثه خود را حفظ کنید. اگر همراه با استفراغ دهان خود را شستشو ندهید همین امر میتواند به عنوان یکی از عوارض ارتودنسی در بارداری گریبان شما را بگیرد.

آیا درمان ارتودنسی در زمان بارداری نیازمند مصرف دارو است؟

کاملاً شما را درک میکنیم که چرا چنین سوالی در ذهنتان هست. ما میدانیم که شما به عنوان یک زن حامله در دوره بارداری بسیار محدود هستید و حتی تعداد داروهایی که میتوانید دریافت کنید انگشت شما هستند. این طبیعی است و ما خوشحالیم که در این مورد همیشه هوشیار هستید.

خبر خوب این است که شما در طول درمان به هیچ عنوان نیازمند داروهایی ممنوعه در دوره بارداری نیستید. در اصل شما تنها برخی اوقات داروی مسکن ضد درد میگیرید که آن ها اگر دردی را تجربه کنید قابل مصرف است. به علاوه بر خلاف اغلب درمان های دندانپزشکی که نیازمند بی حسی یا بیهوشی هستید خوشبختانه ما در خصوص ارتودنسی به هیچ عنوان از بیهوشی استفاده نمیکنیم. بنابراین خیالتان از این بابت راحت باشد.

عوارض ارتودنسی در بارداری

آیا دستگاه ها میتوانند در بارداری دردناک باشند؟

دروغ چرا! متاسفانه در برخی از خانم ها ممکن است استفاده از دستگاه های ارتودنسی مخصوصا بربیس های فلزی یا سرامیکی باعث تجربه اندک دردی شود. اما این درد شدید نیست و معمولا تنها بعد از تنظیم مجدد بربیس ها و سیم قوس دار ارتودنسی تجربه میشود.

این درد به خودی خود واقعا زیاد نیست و شاید اصلا قابل توجه نباشد. اما چون خانم ها در دوره بارداری ممکن است کمی تنش عصبی تجربه کنند و زیاد تاب و توان یا تحمل وقایع را ندارند، این احتمال میرود که درد جزئی ناشی از ارتودنسی برایشان تبدیل به چالش بزرگی در دوره حاملگی شود. بنابراین اگر شما جزء خانم هایی هستید که بیشتر در بارداری های قبلی تنش عصبی زیادی تجربه کرده اید، شاید بهتر باشد درمان و اصلاح دندان های خود را به بعد از بارداری موکول کنید. اما اگر همشه و حتی در دوره حاملگی آرام هستید درمان ارتودنسی دندان در بارداری برای شما هیچگونه منعی نخواهد داشت.

آیا ارتودنسی در بارداری ضرر دارد؟

همه میدانیم که اغلب خانم ها در دوره بارداری دچار تغییرات وزنی میشوند. بیشترشان علاوه بر وزن جنینی که داخل شکم دارند، بر اثر پرخوری یا افزایش تمایل به مصرف مواد غذایی بیشتر، و نشان بالاتر از حالت معمولی میروند. همین اضافه وزن، ظاهر خانم های باردار را کمی ناخوشایند میکند. که دست کم برای خودشان آزاردهنده است. به همین دلیل اغلب خانم ها به ارتودنسی حین بارداری چندان علاقه ای ندارند زیرا بیشتر از این تاب و توان بر هم خوردن شکل ظاهری و تحمل درد ارتودنسی را ندارند.

هرچند که این نگرانی قابل درک است اما حقیقتش را بخواهید این نگرانی بیشتر شبیه به یک بهانه است و قابل قبول نیست. زیرا ما علاوه بر ارتودنسی ثابت، انواع دستگاه های مختلفی در دسته **ارتودنسی نامرئی** و متحرک داریم که نه تنها ناراحتی برای افراد حامله به وجود نمی آورد بلکه حتی قابل مشاهده هم نیستند و کسی اصلا نخواهد فهمید شما تحت درمان هستید. بارزترین نمونه ارتودنسی متحرک و نامرئی، اینویزیلاین ها هستند که به به پلاک های ارتودنسی هم شهرت دارند. این دستگاه های شفاف ارتودنسی به شدت در میان خانم های حامله و کلا اشخاص بزرگسال پر هوادار و پر استفاده است.

جهت تهیه **بیمه دندان پزشکی** با ما همراه باشید.

رژیم غذایی ارتودنسی در بارداری

نشان داده شده است که یک رژیم غذایی حاوی پروتئین بالا تولید شیر مادر را افزایش می دهد و حتی این رژیم برای مادران باردار توصیه شده است. از منابع بسیار مهم جذب پروتئین میتوان به انواع گوشت ها اشاره کرد. اما جویدن برخی از گوشت ها دشوار است و در طول درمان ارتودنسی در دوران بارداری توصیه نمی شود. مخصوصا استفاده از گوشت گاو یا استیک نپخته میتواند برای شما خطرناک باشد.

در عوض راه های عالی دیگری برای تامین پروتئین مورد نیاز خود مثل تخم مرغ، سینه پخته شده مرغ، پنیر، ماست و لبنیات که با درمان ارتودنسی تداخلی ندارند استفاده کنید. ماهی همچنین می تواند یک منبع پروتئینی عالی باشد، اما در حالی که باردار هستید باید از مصرف هرگونه جیوه ای در ماهی هایی مثل ماهی مرکب و ماهی خال مخالی جلوگیری کنید.

رژیم غذایی با ارتودنسی در دوران بارداری

- غذاهای ترد مانند چوب شور و آجیل
- غذاهای سفت و سخت
- غذاهای جویدنی مانند تافی ، آب نبات چسبناک یا میوه خشک
- غذاهای چسبنده مانند چیپس، پاپ کورن و ...
- آب نبات های سخت
- یخ!!!

مشورت با پزشک درباره درمان ارتودنسی در بارداری

اگر قصد دارید در طول بارداری تحت درمان قرار بگیرید، باید بدانید که معمولاً این درمان کاملاً بی خطر است. با این حال، شما باید مطمئن باشید که در صورت باردار بودن یا تصمیم به بارداری به دندانپزشک و همچنین به متخصص ارتودنسی خود بگویید. زیرا این اطلاع رسانی ممکن است نظر دندانپزشکی یا متخصص را درباره نحوه درمان و خلاصه رویکرد درمانی شما تغییر دهد و ویژه تر شود.

اگر باردار هستید و به فکر شروع ارتودنسی هستید، عاقلانه است که پیش از این با متخصص زنان صحبت کنید. لزومی ندارد اما بهتر است که همه پزشکانی که شما به آن ها مراجعه میکنند با هم همکاری داشته باشند و در درمان های شما بتوانند به هم کمک کنند.

آیا قصد ارتودنسی در بارداری را دارید؟

اگر میخواهید در این دوره حساس اقدام به اصلاح فرم دندان های خود کنید و مدام از خود میپرسید ” آیا در بارداری می توان ارتودنسی کرد؟ یا آیا ارتودنسی در بارداری امکان پذیر است؟ ” پاسخ ما به شما ” بله ” بود. با این وجود لطفاً برای انجام این درمان به هر متخصص و هر کلینیک دندانپزشکی اعتماد نکنید. زیرا هر کسی و هر جایی تجربه و تجهیزات کافی برای انجام درمان و مراقبت از شما را ندارند.

تاثیر ارتودنسی بر چهره

همانطور که میدانید دندان یکی از اجزای مهم در صورت میباشد که موجب زیبایی بیشتر شما میشود. پس همیشه باید به دندان های خود اهمیت دهید. دندان های کج و نا منظم نمایی خوشایند ندارد و موجب بد فرم شدن صورت میشود پس لازم است که در زمانی مناسب در سنی مناسب ارتودنسی دندان هایتان را انجام دهید در صورت تجویز دندانپزشک خود. و این موضوع را جدی بگیرید.

جهت استفاده از خدمات [دندانپزشکی ارزان](#) با مشاورین مهر از کارت تماس حاصل نمائید.

منابع: الهام گرفته از مجموعه مقالات بین المللی ISI درباره [ارتودنسی دندان](#)

MEHRAZ
مهر از کارت