



LS Dental

Ipoh · Dr. Kent Teoh

PANDUAN PESAKIT

Mulut anda semasa **kehamilan**

Hormon menyebabkan gusi lebih mudah berdarah, dan loya pagi memberi kesan pada gigi. Rawatan gigi selamat — dan penting untuk anda berdua.

● **Gusi berdarah**

● **Ketulan pada gusi**

● **Rawatan selamat**

Hormon kehamilan mempengaruhi **gusi anda**

Peningkatan **hormon** menyebabkan gusi anda bertindak balas jauh lebih kuat terhadap plak biasa, jadi ia bengkak dan berdarah lebih mudah. Tambah **loya pagi** dan makan snek lebih kerap, mulut perlukan penjagaan tambahan sedikit.

HORMON

Gusi menjadi lebih sensitif terhadap plak — **bengkak, sakit, berdarah** gusi sangat biasa semasa kehamilan.

LOYA PAGI

Asid perut dari muntah boleh **menghakis enamel** — cara anda menjaga gigi selepasnya penting.

SNEK & MENGIDAM

Makan sedikit dan kerap, terutama manis atau masam, memberi reput **lebih peluang** — bilas dan teruskan pembersihan.

MULUT KERING & REFLUKS

Sesetengah rasa lebih kering atau alami refluks kemudian — kedua-duanya meningkatkan risiko reput dan hakisan.

Baik untuk tahu: perubahan ini normal dan biasanya reda selepas bersalin — terutama dengan pembersihan baik dan pemeriksaan gigi.

Gusi berdarah & ketulan gusi

Dua perubahan biasa, biasanya tidak berbahaya — kedua-duanya didorong oleh hormon dan plak, dan bertambah baik dengan pembersihan dan selepas bayi lahir.

GINGIVITIS KEHAMILAN

Gusi merah, bengkak yang **berdarah bila memberus**. Sangat biasa, dan bertindak balas baik dengan memberus teliti, flos dan pembersihan profesional.

- Paling teruk sekitar bulan ke-2–8
- Jangan berhenti memberus kerana ia berdarah
- Menjaga gusi sihat berbaloi untuk anda berdua

KETULAN GUSI KEHAMILAN

Ketulan merah kecil pada gusi yang **mudah berdarah** ("tumor kehamilan" — bukan kanser). Ia tidak berbahaya.

- Biasanya muncul di antara gigi
- Selalunya mengecil atau hilang selepas bersalin
- Dibuang hanya jika sakit atau menghalang

Bila perlu periksa lebih awal: ketulan yang berdarah banyak, sakit, gigi longgar, atau gusi yang terus teruk — periksakan.

Rawatan gigi **semasa** kehamilan

Rawatan gigi rutin adalah **selamat dan digalakkan** semasa kehamilan — dan merawat masalah awal lebih selamat daripada membiarkannya. Sentiasa beritahu doktor gigi anda sedang hamil.

**Pembersihan & pemeriksaan**

selamat pada mana-mana peringkat — dan penting

**Tampalan & rawatan perlu**

terbaik pada bulan pertengahan (trimester ke-2)

**Bius setempat**

digunakan dengan selamat supaya rawatan selesai

**X-ray bila perlu**

dengan pelindung — dos rendah, ditumpu pada mulut

Semak mitos: "satu gigi untuk setiap anak" adalah **tidak** benar — anda tak perlu kehilangan gigi. Penjagaan baik mengekalkannya sihat sepanjang kehamilan.

Jaga anda berdua

Beberapa tabiat mudah melindungi gigi dan gusi anda — dan gusi sihat dikaitkan dengan kehamilan lebih sihat.



Berus 2× sehari, flos setiap hari

ubat gigi berfluorida; berlembut jika gusi berdarah



Selepas loya pagi

bilas dengan air; tunggu sebelum memberus



Snek bijak

air dan keju/sayur berbanding gula-gula & minuman bergas



Kekalkan lawatan gigi anda

pembersihan dan pemeriksaan semasa hamil

Sedang hamil? Tempah pemeriksaan gigi kehamilan.

Pembersihan dan pemeriksaan lembut mengekalkan gusi sihat untuk anda dan bayi — beritahu kami berapa lama kehamilan anda.



wa.me/60111896237