**Zeitschrift:** Schweizer Hebamme : offizielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici

**Herausgeber:** Schweizerischer Hebammenverband

**Band:** 81 (1983)

**Heft:** 7-8

**Artikel:** Vorbeugung von Zahnschäden während der Schwangerschaft

**Autor:** Steiner, M.

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-950256

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 17.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

# Vorbeugung von Zahnschäden während der Schwangerschaft

*Dr. med. dent. M. Steiner, Zahnärztliches Institut der Universität Zürich,*
*Abteilung für Kariologie, Parodontologie und Präventivzahnmedizin*
*Station für angewandte Prävention*

Die *Zahnkaries* ist eine Zerstörung der Zahnhartsubstanz. Bakterien siedeln sich natürlicherweise auf der Zahnoberfläche an und vermehren sich hier. Kugelige, fadenförmige und stäbchenförmige Keime bilden ein netzartiges Flechtwerk (Plaque) auf der Zahnoberfläche. Die Bakterien ernähren sich von Speiseresten. Zucker (der gewöhnliche Rohrzucker, aber auch Trauben- und Fruchtzucker) werden von den Bakterien rasch zu Säuren vergärt. Diese Säuren durchtränken den Zahnbelag und lösen die Zahnhartsubstanz auf. Bei häufigem Zukkerkonsum ergeben sich entsprechend viele Säureangriffe auf den Zahn. So entsteht allmählich ein «Loch» (Karies).

Die Meinung ist verbreitet, dass die Zähne während der Schwangerschaft besonders kariesanfällig seien. Dies ist nicht möglich. Bei eventuell mangelhafter Mineralzufuhr werden die benötigten Bausteine aus den Knochen der werdenden Mutter herausgelöst. Zähne werden jedoch nicht «entkalkt», da in ihnen der ständige An- und Abbau fehlt, der im Knochen das ganze Leben über stattfindet. Für die Verhütung der Karies während der Schwangerschaft gelten die üblichen Regeln der Kariesvorbeugung:

- Keine zuckerhaltigen Zwischenmahlzeiten einnehmen
- Unmittelbar nach jeder Hauptmahlzeit die Zähne kurz von Speiseresten reinigen, damit die Bakterien keine Nahrung bekommen
- Fluorzahnpasten benützen und zudem täglich eine Fluortablette (1 Milligramm Fluor) einnehmen.

Die Abgabe einer Fluortablette wird empfohlen, auch wenn im Haushalt das fluorhaltige Salz (0,025% Fluor enthaltend) gebraucht wird, da oft während der Schwangerschaft wenig Salz eingenommen wird. Die Fluortablette hat eine karieshemmende Wirkung auf die Zähne der Mutter. In geringem Ausmass könnten von dieser Massnahme auch noch die Milchzähne, jedoch nicht die bleibenden Zähne des noch ungeborenen Kindes profitieren.

Bei der *Erosion* werden saubere, nicht mit Plaque bedeckte Stellen der Zahnoberfläche durch Säuren erweicht und abgetragen. Diese Säuren sind nicht Stoffwechselprodukte von Bakterien wie bei der Karies. Sie stammen meistens von sauren Speisen (Zitronen, Grapefruits, Orangen, sauren Äpfeln, Rhabarber, Yoghurt, Salaten usw.) und sauren Getränken (Orangensaft, Most, Coca Cola usw.). Werden solche Speisen und Getränke mehrmals pro Tag eingenommen, geht schichtweise Zahnschmelz verloren. Sofortiges Zähnebürsten verstärkt noch die Abtragung der erweichten Schmelzschichten. Es wird deshalb empfohlen, nicht unmittelbar nach Genuss von Saurem die Zähne zu bürsten. Der erweichte Schmelz kann dann nach einiger Zeit vom Speichel wieder erhärtet werden. Ausgeprägte Erosionen sind im Vergleich mit Karies sehr selten. Sie treten meistens an den Aussenflächen der oberen Schneide- und Eckzähne auf.

Erosionen können auftreten bei unstillbarem Schwangerschaftserbrechen. In diesen sehr seltenen Fällen wird durch erbrochene Magensäure Zahnsubstanz von den Innenflächen der Oberkieferzähne abgetragen.

*Zahnfleischentzündung* und *Parodontitis* (früher als Parodontose bezeichnet) sind Erkrankungen des Zahnhalteapparates (= Parodont). Hauptursache dieser Erkrankungen ist die bakterielle Plaque. Die Bakterien lösen zunächst entzündliche Reaktionen am Zahnfleischrand aus. Entzündetes Zahnfleisch blutet bei Berührung oder beim Zähnebürsten. Eine jahrelang bestehende Entzündung am Zahnfleischrand kann allmählich auf das darunterliegende Knochengewebe übergreifen und zu Knochenabbau (Parodontitis) führen. Das Fortschreiten der Parodontitis führt letztlich zum Zahnverlust.

Die Entwicklung einer Zahnfleischentzündung und der Folgekrankheit Parodontitis wird durch gründliche Mundhygiene verhütet. Eine bereits bestehende Zahnfleischentzündung kann durch Mundhygiene zum Abheilen gebracht werden. Unter gründlicher Mundhygiene versteht man eine einmal täglich erfolgende vollständige Entfernung der bakteriellen Plaque. Für die Reinigung der Zahnzwischenräume werden dabei Zahnseide oder dreikantförmige Zahnhölzchen benützt.

Die gründliche tägliche Mundhygiene ist für die Schwangere wegen der erhöhten Entzündungsbereitschaft des Zahnfleisches besonders wichtig: Während der Schwangerschaft werden von der Plazenta vermehrt besondere Hormone gebildet. Diese Hormone führen zu einer Erhöhung der Durchlässigkeit der Gefässe und zu einer Auflockerung des Bindegewebes. Dadurch wird das Zahnfleisch anfälliger für Entzündungen, besonders während der zweiten Hälfte der Schwangerschaft. Die Entzündung kann sich aber nur entwickeln, wenn genügend bakterielle Plaque vorhanden ist. Nebst einer peinlich genauen Mundhygiene durch die Schwangere sollten allfällige Zahnsteinablagerungen und überstehende Füllungsränder vom Zahnarzt oder einer Dentalhygienikerin beseitigt werden.