

Inquiétudes et gênes pendant la grossesse - Santé buccale



- Consultez un dentiste au moins 1 fois durant la grossesse.
- Prévenez votre dentiste en cas de problèmes de gencives ou de dents.

- Utilisez une brosse à dents souple et brossez-vous délicatement les dents. Utilisez du fil dentaire tous les jours.



- Si vous vomissez suite à des nausées, rincez-vous la bouche avec un verre d'eau additionnée d'une cuillère à café de bicarbonate de soude. Cela vous lavera la bouche des acides gastriques.

- Ne consommez pas de tabac.

Text adapted from materials produced by Health Information Translations (www.healthinfotranslations.com).
This work is licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs License
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/us>

A **Healthy Roads Media** project

www.healthyroadsmedia.org