

Niitty-hanke 2018–2020

<https://projects.tuni.fi/niitty/>

www.facebook.com/niittyhanke/



Niitty – Vertaisohjattu
perhevalmennusmalli maahanmuuttajille

Projektipäällikkö Irmeli Nieminen. E-mail: irmeli.nieminen@tuni.fi
Asiantuntija Anna Aikasalo. E-mail: anna.aikasalo@tuni.fi
Asiantuntija Jasmin Kaljadin. E-mail: jasmin.kaljadin@tampere.fi

Lähteet ja lisätietoa:

THL. 2013. Äitiysneuvolaopas. Suosituksia äitiysneuvolatoimintaan. Opas 29.

Suomen hammaslääkäriliitto. Odottavan äidin suun terveys. Luettu: 15.11.2019. Saata-
villa: [https://www.hammaslaakariliitto.fi/fi/suunterveys/suunterveys-eri-ikakausina/
raskaus-ja-suunterveys/odottavan-aidin-suunterveys#.XdzXsEGxU2w](https://www.hammaslaakariliitto.fi/fi/suunterveys/suunterveys-eri-ikakausina/raskaus-ja-suunterveys/odottavan-aidin-suunterveys#.XdzXsEGxU2w)

Kuvat: www.pixabay.fi

SUUN TERVEYS RASKAUS- JA IMETYSAIKANA



**TURVAPAikka-,
MAAHANMUUTTO- JA
KOTOUTTAMISRAHASTO**

Euroopan unionin tuella



TAMPEREEN KAUPUNKI



RASKAUDEN VAIKUTUS SUUNTERVEYTEEN



- Raskaus ja hormonitoiminnan muutos vaikuttavat suunterveyteen.
- Raskausaikana hampaiden reikiintymisriski kasvaa
- Raskauden lopulla ja imetyksen aikana haitallisten bakteerien (mm. mutans streptokokit) määrä lisääntyy
- Alkuraskauden runsas oksentelu heikentää hampaiden pintaa
- Ientulehdus voi raskauden aikana pahentua. Ientulehduksesta voi seurata parodontiitti eli hampaan kiinnityskudossairaus. Tämä saattaa lisätä keskossynnytyksen riskiä.

Myös raskausajan ruokavalio vaikuttaa hampaiden kuntoon

- Raskaus- ja imetysaikana käytetään enemmän välipaloja.
- Välipalat lisäävät riskiä hampaiden reikiintymiseen.



PIDÄ HUOLTA HAMPAISTASI!



- Hampaat tulisi pestä aamuin illoin
- Ruokailujen jälkeen on hyvä käyttää ksylitolia. Saat sitä esimerkiksi xylitol-pastilleista tai purukumista.
- Äidin hyvä hampaiden hoito edistää myös lapsen suunterveyttä

RASKAUSAIKANA JA VAUVAN OLLESSA PIENI ON VANHEMPIEN HYVÄ KÄYDÄ HAMMASHOIDOSSA!

