

# Question Answer

## お口の健康そこが知りたい 68

協力・鶴岡地区歯科医師会

### 「ライフステージ」ごとの歯科医療①～妊産婦期

#### 妊娠時の歯やお口の健康リスク

妊娠中は“つわり”や“食生活の変化”で虫歯や歯周病のリスクは高くなりますが、適切な口腔ケアで予防も可能です。妊娠中にも歯科健診をお勧めします。

#### 妊娠時の口腔ケアの対策

妊娠中は食事や間食の回数が増えるので、食後の歯磨きやうがいをごまめに行いましょう。“つわり”が強い時には、毛先の小さい歯ブラシも効果的です。

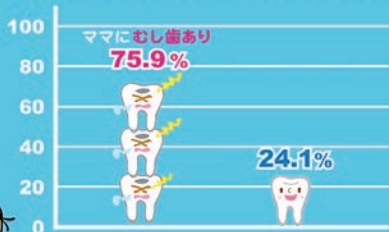
#### 赤ちゃんの歯の発育と栄養

赤ちゃんの歯が生え始めるのは生後6～8か月頃ですが、歯のもとになる芽(歯胚)ができ始めるのは妊娠7～10週頃です。赤ちゃんの丈夫な歯を作るためにも栄養バランスのとれた食事を心がけましょう。

#### 赤ちゃんの歯科保健

生まれたばかりの赤ちゃんのお口の中には虫歯菌はいません。「嘔み与え」や、スプーン・お箸を共有することで、周囲の人の虫歯菌が赤ちゃんのお口の中に入り虫歯菌が定着し、将来の虫歯の原因になります。

#### ママにむし歯があると子供は2歳で・・・



妊娠中の  
オーラルケアは  
大切！



#### 妊娠中の歯科治療

虫歯だけでなく、最近の研究では妊娠中の歯周病と早産や低体重児出産との関連が指摘されています。歯科来院時には「母子健康手帳」を提示し、妊娠中であることや産科主治医からの注意事項があれば、その旨お知らせ下さい。歯科治療は比較的体調の安定した妊娠中期が望ましいですが、それ以外の時期でも体位などを考慮し無理のない範囲で行えます。局所麻酔や内服薬等は妊娠中でも比較的安全に使用できるものが選択され、レントゲン撮影時には防護用エプロンを着用して頂きます。ご心配な方はかかりつけ歯科医師にご相談下さい。

詳しくは、かかりつけの歯科医院でご相談ください。