

## ①妊娠中は 歯肉炎やむし歯 になりやすい！

ホルモンや食生活が変化し、だ液も減少して自浄作用が弱くなったり、歯ぐきが赤く腫れたりして、汚れやすく、またむし歯や歯周病にかかりやすくなります。

ホルモンの変化により歯肉が腫れたり、出血しやすい  
食生活の変化で、お口の中が酸性になり、むし歯になりやすい

歯をみがくと吐き気がしてみがけない

つわり時の嘔吐により、歯が胃酸で溶かされる

唾液の流れや量が変わり、汚れやすい



### 妊娠中の重度の歯周病は

- × 早産の確率が 7.5 倍！
- × また「低体重児出産の確率が高くなる」と報告されています。  
お口の細菌が胎盤を通して胎児に影響を与えます。

他にも無理な体重コントロールや喫煙も赤ちゃんの発育や出産に影響します。  
パパの喫煙も要注意！

### 赤ちゃんのむし歯予防のために

- × まわりの大人から赤ちゃんにむし歯菌をうつしてしまうリスクがあります。  
赤ちゃんとの大切なスキンシップのために、お父さんやお母さんのお口の清潔はとっても大切です。また、むし歯になりやすい食生活パターン(間食や夜食が多い、ジュースをよく飲む、ちょこちょこ食べなど)も妊娠中から改めましょう。

妊娠期に気をつけたい  
お母さんのお口の健康!!



## ②治療は今のうちに！(歯石除去、歯のクリーニングは、妊娠後期でも可)

妊娠中にむし歯や歯周病が進行しないようにしましょう。また出産後は赤ちゃんのお世話や、授乳中の服薬の制限などで受診しにくくなります。

### レントゲン？

歯科治療時の X 線撮影の放射線量は、日常生活の中で浴びている量よりも少なく微量です。  
口元に照射するので、赤ちゃんに直接あたることはなく、また放射線防御エプロンを着用するので、もしも撮影が必要になっても心配いりませんが、不安な時は主治医とよく相談し、説明を受けましょう。



必ず、妊娠中であることを主治医に伝え、治療内容を相談しましょう。

### 麻酔は？

歯科治療での麻酔は、局部麻酔です。通常の麻酔量でお母さんやおなかの赤ちゃんへ影響することはまずありません。ただし、妊娠後期に使用すると早産の可能性があるため、医師に相談しましょう。今までに歯科の麻酔で気分が悪くなった、などの経験がある場合は必ず伝えましょう。

### お薬は？

妊娠中は基本的に薬は使用しない方向で進めます。しかし、お薬を使用しないことによって、お母さんやおなかの赤ちゃんに悪い影響を与える可能性がある場合は、影響が極力少ないお薬を必要最低限使うことがあります。産婦人科医師にも相談しましょう。

### その他 受診時の注意

#### ●治療時の体位●

- 1 だんだん大きくなるおなか、子宮の周囲の血管を圧迫するためにうっ血がおこりやすくなります。イスの角度を調整してもらい、できるだけ楽な体位をとれるようにしてもらいましょう。
- 2 急な起き上がりなどを避け、動作をゆっくりして立ちくらみを起こさないようにしましょう。