

妊婦歯科健診・教室

東浦町保健センター

**生まれてくる赤ちゃんには、歯がありません。
しかし、歯ぐきの中には、乳歯がびっしり並んでいます。**



食べ物や歯の清掃を、同じように注意しても、虫歯にかかる子とかからない子がいます。これには、子供の歯の質が大きく影響しています。もともとの歯の質が弱ければ虫歯になりやすいわけです。

☆乳歯は、妊娠のごく初期、妊娠 35 日目頃からたんぱく質で土台が作られ、妊娠 3ヶ月になると柔らかい歯の芽の上にカルシウムを主とした無機質が沈着して固くなります。

乳歯は、そのほとんどがお母さんのおなかにいる内に出来てしまい、生まれた後ではその質を変える事はできません。

栄養のバランスやホルモンの変調...etc. 少しでも歯の形成に悪い条件があると、その時期に作られた部分に障害が残り、赤ちゃんの歯質に重大な影響を与えます。妊娠中に虫歯になりにくい質のよい歯を作る努力をしましょう。



妊娠とお母さんの歯

「妊娠するとお腹の赤ちゃんがカルシウムをとってしまうから歯が悪くなる」と古くからいわれますが...母体の血液中のカルシウムは吸収されても、歯の中のカルシウムが吸収される事はありません。

なぜ歯が悪くなる？

☆虫歯は、お口の中が酸性になると起こりやすく、妊娠すると唾液が酸性になりやすくなる

☆ホルモンのバランスで唾液が粘り気味になり、食べかすが残りやすい

☆食事や間食の回数が増える

☆歯みがきがあまり出来なくなる

歯ぐきから血が出る？

妊娠 5~20 週頃から歯ぐきははれ、出血する事があります。このような炎症が「妊娠性歯肉炎」と呼ばれ、分娩後消失します。歯肉炎には痛みがありませんが、分娩後も炎症が続き歯周病になるケースもあります。歯周病は、早産や心臓病など全身の疾患とも関連があります。

歯垢（プラーク）を落とし、いつもお口の中を清潔に保つ様に心がけて行いましょう。



妊娠中の歯科治療

痛みなどの自覚症状がなくても、一度は検査を受ける事が望ましいと思います。治療が必要な場合は、妊娠初期と臨月は避け、安定期といわれる 5 ヶ月~8 ヶ月頃が安心です。

出産後一年間くらいは育児に追われ、赤ちゃんを預けて治療という環境には、なかなか恵まれません。簡単な治療であるならば、この時期に済ませましょう。



治療にあたって

☆妊娠中である事を必ず歯科医に告げる。

☆歯科治療には X 線による診断が伴います。通常は、放射線量も少なく心配はいりませんが精神的な不安を残すのでしたら、お断りしてもいいと思います。

☆抜歯等の外科的治療は、歯科医と相談しましょう。抜歯そのものよりも、抜歯後の感染予防剤や痛み止め等の薬物の使用が問題になります。

☆麻酔の注射薬は、歯科の場合局所的であり、胎児への因果関係は無いとされていますが、不安や緊張が原因の脳貧血を起こした時、血液の循環が悪くなり胎児に酸素が欠乏する事があります。

どんな治療を受けるのか、納得いく説明を求めましょう。

母乳



母乳の必要性は、理想的な栄養の他にも多くあります。

その一つに哺乳ビンとお母さんのおっぱいによる顎の発達の違いがあります。

人間には、生まれながらに備わっている本能があります。

赤ちゃんがお母さんのおっぱいを吸う...という行動もそのひとつです。

赤ちゃんの口の中は、舌でいっぱいです。ほとんど隙間がありません。

これは赤ちゃんがお母さんのおっぱいを吸うのに必要な圧力を作るため非常に都合よくできています。

赤ちゃんは、時間をかけて強い力でおっぱいをしぼる様に吸う事により、ただの本能を

「吸う・噛む・つぶす・飲み込む」

という運動に変えて上手に学習しながら顎の発達を促していくのです。

顎の発育不全は、歯ならびにも影響し噛む力も弱くなります。

噛む力が弱いと食物の摂り方や飲み込む運動にも障害が残ります。

上あご 下あご 歯ならびの成長を考えても将来の美男美女は、母乳で作られます。