

①

がんばろう☂

妊娠中はホルモンバランスやつわりの影響で、歯周病になりやすく、悪化しやすい状態になります。
歯科健診でお口の状態をチェックしましょう!

②

あとひといき☁

妊娠中は、お口の状態の変化が大きくなります。お口のケアに注意するとともに、かかりつけの歯医者さんで定期的にお口の状態をみてもらいましょう!

③

よくできました☀

ご自身でのセルフケアも重要ですので、妊娠中の歯みがきの方法など、かかりつけの歯医者さんに相談しましょう!

妊娠中のお口の中の特徴

汚れがつきやすく、とれにくい
ため、お口のケアが重要になります。つばが出にくい時は、キシリトールガムなども有効です。

◎唾液が酸性に傾いたり、
出にくいいため、口の中の粘り気が強まります

◎つわりで歯が磨きにくくなります

◎ホルモンバランスの変化で
歯ぐきが腫れやすくなります

歯ぐきの状態が悪化すると、早産や低体重児出産のリスクも高まります。お口の状態を歯医者さんで見てもらいましょう。

小さめの歯ブラシや、何度かに分けての歯みがきがおすすめです。難しい時は、デンタルリンスや水でうがいをしましょう!

安定期に歯科健診を受け、お口の環境を整え、
出産を迎えましょう!