

歯医者へ行こうよ!

口腔ケアが大切な理由は?

妊娠するとむし歯や歯周病などに
かかりやすくなります。

それは——

- 唾液が酸性になりやすい
- つわりなどで規則的な歯磨きが難しい、
あるいは、間食回数が増えて
口の中が不潔になりやすい
- 女性ホルモンの分泌が多くなる
などの変化が起こるからです。

つわりの時のセルフケアについて

歯ブラシをお口に入れるだけで
気分が悪くなったり、
歯みがきするのがおっくうになったり…
そんな時は…

1 食後はブクブクうがいをする

2 歯磨き剤を使わず
小さめの歯ブラシを使う

3 歯間ブラシやデンタルフロスを使う



いろいろな歯ブラシ

デンタルフロス
歯間ブラシ

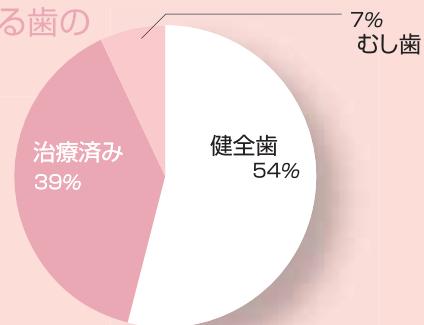


自分ができそうなものに
チャレンジしてみてください。

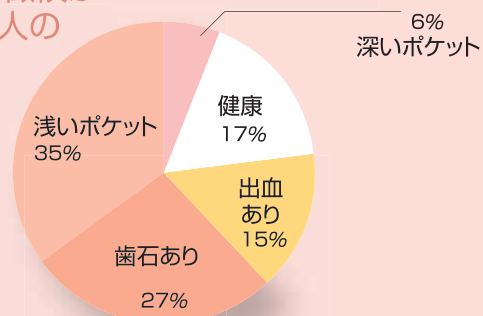
徳島県のアンケート!!

平成17年度に徳島県の妊婦の歯科検診が行われました。
下のグラフのように、20本に1本の割合でむし歯がみられ、
また、歯周病の徴候がみられる人が80%を超えているこ
とが分かりました。

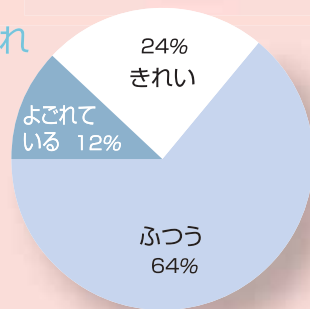
むし歯に なっている歯の 割合



歯周病の徴候が みられる人の 割合



歯のよごれ



BABY'S
TEETH
SAFETY

あなたのお口のケアが
こどものお口を
守ります

徳島県・徳島県歯科医師会 (8020運動推進特別事業)

お母さんと一緒に

お母さんのケアが子どもを守る

生まれたばかりで歯のはえていない赤ちゃんは、むし歯菌を持っていません。ではなぜ、子どもにもむし歯ができるのでしょうか。実は、お母さんのお口の中にむし歯菌が多いと、早い時期に子どものお口へとうつりすみ、むし歯を作る危険性が高いと考えられています。

子どものむし歯予防のためにも、お母さんは、乳歯が生える生後6カ月頃までに歯の治療などを終えられるのがよいでしょう。

赤ちゃんの歯は おなかの中で育ち始めます。

あなたは、赤ちゃんの歯がいつからでき始めるか知っていますか?

胎生6~7週頃には、お母さんのおなかの中で、赤ちゃんの顎の骨が育ち始めます。それと時期を同じくして乳歯の芽も育ち始めます。将来歯となる「芽」を歯胚といい、この歯胚からエナメル質や象牙質、歯髄などが形成されます。胎生4カ月頃になると永久歯の歯胚も育ち始めます。

胎生4~6カ月には、乳歯が石灰化を開始、つまりカルシウムが沈着し硬くなり始めます。歯胚から歯が形成される時期は生まれてからの歯の性質を決める大切な時期です。おなかの中で育ちつつある赤ちゃんの歯を丈夫にするためにも、お母さん自身の健康管理と栄養摂取に気を配りましょう。