

妊娠中は、虫歯、歯周病、親知らずの痛み、など様々な口腔疾患のリスクが非常に高まる時期でもあります。初産の方は出産後、なれない育児が始まります。経産婦の方でもますます育児が忙しくなります。そのため妊婦の歯科治療は出産前に完治しておくことをお勧め致します。



* 母乳と虫歯 * - * - * - * - * - * - *

母乳には約7%の乳糖が含まれます。乳糖はショ糖（砂糖）と比べ虫歯菌（ミュータンス菌）に代謝されにくい糖類です。つまり、虫歯になりにくいのですが、全く虫歯にならないわけではありません。また、離乳食の時期ですと糖分を摂取しており、歯も萌出している為、虫歯になる可能性も出てきます。



* 虫歯菌 * - * - * - * - * - * - *

虫歯菌（ミュータンス菌）は生まれてきた赤ちゃんの口の中には存在しません。保育者、とくにお母さんが菌の感染源となることが多いと言われています。お母さんから赤ちゃんへの菌の伝播を防ぐこと（母子感染の予防）が虫歯予防の第一歩です。

* 虫歯菌による感染時期 * - * - * - * - *

虫歯菌による赤ちゃんへの警戒感染時期は1歳7ヶ月から2歳7ヶ月までと言われています。この時期はもっとも感染を警戒しなくてはなりません。（感染の窓と言われています）赤ちゃんの歯が萌出する6～7ヶ月前後までに保育者の虫歯治療を完了させておくことが望ましいとされています。また歯周炎がひどい妊婦は早産・低体重児出産のリスクが7倍にも跳ね上がりますので治療することが非常に重要です。

* 麻酔に関して * - * - * - * - * - * - *

当院で使用している局所麻酔薬はアドレナリン添加2%リドカインです。歯科治療で行なう場合1～2本程度最大でも3本以内です。それ以上使用するような治療は基本的には産後に行ないます。リドカインは胎盤通過性が高く

大量投与により子宮内流量が減少し胎児に影響するといわれております。エピネフリンも大量投与により子宮収縮が起こり胎盤血流量の低下により胎児に影響するといわれておりますが歯科治療で使用する麻酔は2～3本程度の量であり問題ないとされております。母乳への移行性も低い為術後2時間程度でも授乳による影響はありません。



* 抗生物質 * - * - * - * - * - * - *

当院で使用している抗生物質は臍帯や授乳中に分泌されにくく胎児・乳児への移行がすくない薬を選択しております。（薬のアレルギーのある方は申し出てください）

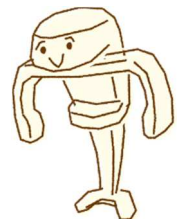
* 鎮痛薬[痛み止め] * - * - * - * - *

1週間程度の短期使用では問題ないとされております。アセトアミノフェンであるカロナールを第一選択として採用しております。継続的に服用するのではなく、痛い時に飲む頓服を処方し、リスクを出来る限り減らすようにしております。



* レントゲンに関しまして * - * - *

妊娠中の胎児に影響を与える可能性があると言われていた100mSvという単位がありますが当院で使用しているデジタルレントゲンは0.02mSvと十分に低く問題ありません。したがって全ての方においてレントゲンの撮影時にかかる被曝は問題ありません。インプラントで使用するCTに関しましても問題ないことが証明済みです。インプラントに関しては妊娠中の治療は母子共に負担がかかる場合があるのでおこなっておりません。（レントゲンの問題ではありません）胎児の奇形発生は250Sv以上での被ばくで発生すると言われております。



*** つわりに関して * - * - * - * - * - ***

つわりがひどいときは、歯ブラシを口の中に入れることさえ出来ないことも多く口腔内環境が悪化しやすくなります。またつわり直後は水などでうがいを十分にしてお口の胃液の残留を洗い流しておくことが大切です。嘔吐直後の歯磨きは歯の磨耗を引き起こす可能性があるため30分は歯磨きを控えた後にやわらかめの歯ブラシで行なうようにすると良いでしょう。

*** つわり時における歯ブラシのコツ ***

①体調のよい時間帯に歯を磨き、無理をしない * - * - * - * - * - * - * - * - * - *

つわりは起床時や食後、疲れの溜まった夜に辛くなることが多いです。食後や就寝前の歯磨きは理想的ではありますが無理をせず吐き気が辛い時は避けて体調の良い時に歯を磨くようにしましょう。

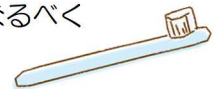


②ながら磨きのすすめ * - * - * - * - * - * - * - * - * - *

テレビを見ながら、お風呂でリラックスしながらなど、つわりが軽い体調のよいときを利用してながら磨きをやりましょう。

③歯ブラシは小さめの物を使う * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - *

大きな歯ブラシでは奥歯を磨く時に、喉に近い粘膜を刺激することがあるのでなるべく小さめの歯ブラシを使用するようにしましょう。子供用の小さな歯ブラシでも大丈夫です。



④奥から前にかき出すように磨く * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - *

喉に近い部分に歯ブラシが不意にいくと、特に吐き気を催しやすいです。奥歯に歯ブラシを当ててから前方にかき出すように磨いてみましょう。

⑤顔を下に向けて磨く * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - *

歯磨き中に喉に唾液が溜まるとその刺激で吐き気が催されることがあります。下を向いて歯磨きをして、唾液が喉に流れないように工夫するようにしましょう。

⑥においの強い歯磨き粉を大量に使わない * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - *

妊娠中にはにおいに対して過敏になることが多く、香料が強い歯磨き粉は、においを嗅ぐだけでも気持ちが悪くなることがあります。においや刺激の少ない歯磨き粉に変更するか無理に歯磨き粉を使用しなくても良いでしょう。

⑦ぶくぶくうがいを十分に行う * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - *

食後で吐き気がある場合には無理に歯磨きをしなくても水や洗口剤でぶくぶくうがいをして口腔内を清潔にしましょう。嘔吐直後は水などでうがいを十分にしてお口の胃液などの残留を洗い流すようにしましょう。



⑧砂糖不使用のガム（キシリトールなど）を噛む * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - * - *

注：ノンシュガーとシュガーレスに気を付ける！
ガムを噛むことができるようであればキシリトールガムを噛む。シュガーレスガムは食べないように注意しましょう（シュガーレスガムにはショ糖が含まれています）虫歯予防効果や唾液の分泌促進により虫歯原因細菌の母子感染予防にも役立ちます。

