

## まだ妊婦歯科検診を受けていないあなたへ

妊娠20週を過ぎ、赤ちゃんの元気な様子も感じられるようになったころではないでしょうか。

妊娠期間も残り半分、いまのうちに歯科検診を受けましょう。

### お母さんのために

- 妊娠中はむし歯や歯周病にかかりやすい時期です。
- 産後はなかなか歯科医院に受診できません。

### 赤ちゃんのために

- むし歯は感染症です。いちばん近くでお世話をするお母さんの口の中のむし歯菌を減らすことが、生まれてくる赤ちゃんのむし歯予防につながります。
- お母さんの歯周病を放置していると、早産になったり、おなかの赤ちゃんが低体重児出生になったりする可能性が高まります。

お母さんと赤ちゃんのために、妊婦歯科検診を受けましょう。

## まだ妊婦歯科検診を受けていないあなたへ

妊娠20週を過ぎ、赤ちゃんの元気な様子も感じられるようになったころではないでしょうか。

妊娠期間も残り半分、いまのうちに歯科検診を受けましょう。

### お母さんのために

- 妊娠中はむし歯や歯周病にかかりやすい時期です。
- 産後はなかなか歯科医院に受診できません。

### 赤ちゃんのために

- むし歯は感染症です。いちばん近くでお世話をするお母さんの口の中のむし歯菌を減らすことが、生まれてくる赤ちゃんのむし歯予防につながります。
- お母さんの歯周病を放置していると、早産になったり、おなかの赤ちゃんが低体重児出生になったりする可能性が高まります。

お母さんと赤ちゃんのために、妊婦歯科検診を受けましょう。

# 妊娠中こそ、お口のメンテナンスを

お母さんのために

赤ちゃんのために

妊娠中はむし歯や歯周病にかかりやすくなります

【むし歯】をそのままにしておくと…  
⇒生まれてくる赤ちゃんが  
むし歯になりやすくなる

【歯周病】をそのままにしておくと…  
⇒早産やおなかの赤ちゃんが低体重児出生に  
なる可能性が高まる



## 歯科検診へ行きましよう。

(妊娠中なら検診が1回無料で受診できます)

大田市役所 子ども家庭支援課

R4.4

# 妊婦歯科検診を 受けたあとは・・・

## お母さんのお口の健康を守るために

### 毎日のお手入れ

正しいブラッシングと  
補助グッズの活用

### 食生活

よく噛む  
バランスのよい食事

### 生活習慣の見直し

生活リズムを整える  
禁煙 適度な運動  
十分な睡眠  
ストレスを溜めない



半年～1年に1回は歯科医院で  
定期健診を受けましょう。

歯石は自分で取り除くことは  
できません。定期的に歯科医院  
へ行き、歯石を取り除いてもら  
いましょう。



## お子さんのお口の健康を守るために

### 感染防止

むし歯菌をうつさない…むし歯は唾液からの感染で起こります  
◇家族みんなが口の中を清潔に保つ  
**むし歯がある人は治療をしよう**

### 生活習慣

### むし歯菌を増やさない

- ◇歯が生えてきたら、歯みがきスタート  
**仕上げみがきをしよう**
- ◇おやつの時間を決めて、甘い食べ物や飲み物はとりすぎない
- ◇食事はよくかんで食べる
- ◇フッ化物を利用する（歯科医院でのフッ素塗布やフッ化物による洗口、フッ化物入り歯磨き剤の使用など）



乳児のむし歯を放置してしまうと、永久歯もむし歯になりやすくなります。  
むし歯になったら、きちんと治療を受けましょう。

# 浜田市妊婦歯科健康診査事業 のお知らせ

妊娠中は、つわりやホルモンの影響でむし歯や歯ぐきの病気になりやすい時期です。また、重症になると、早産や低体重児出産のリスクも高くなります。

また、出産のときに、歯が痛くならないように、妊娠中に 1 回は歯の健診を受けましょう。



## 対象

母子健康手帳の交付を受けた妊婦さん

## 有効期限

受診票の交付を受けた日から出産の前日まで

## 受診方法

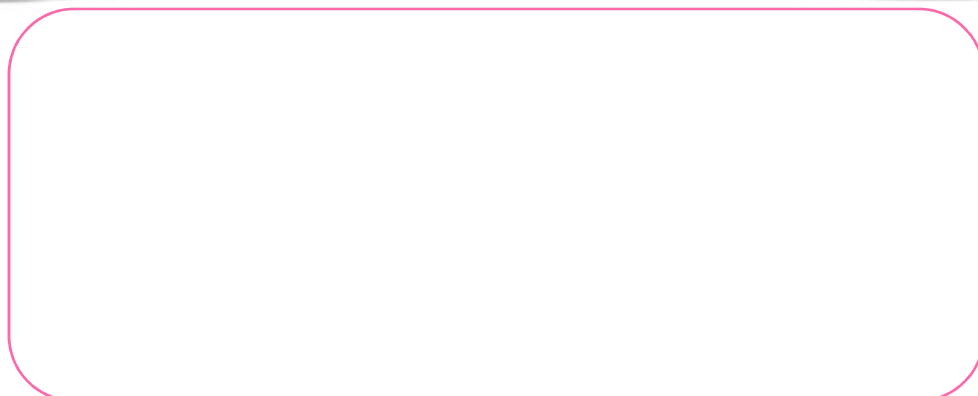
裏面の浜田市内の委託歯科医院に電話で予約をし、母子健康手帳と母子健康手帳別冊※を持って歯の健診を受けましょう。

## 費用

妊娠中に  
1 回は無料

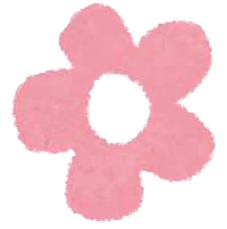
## 受診時期

妊娠 5~7 か月頃の安定期で、体調のよい時が目安





# 妊婦歯科検診の受診の流れ



～下記の流れを確認し、受診をしてください。～

## 【歯科検診内容】

歯および口腔内の診察、検査、必要な方へはブラッシング等の指導

## 【検診料】

**無料**（※ただし、治療が必要になった場合は別途お支払いが必要です）

## 【妊婦歯科検診の受診方法】

1. 受診時期：安定期に入る**5ヶ月～7ヶ月**に受診されることをオススメしています。
2. 以下の表で受診できる歯科医院を確認し、電話予約をする。  
母子健康手帳別冊の「津和野町妊婦歯科検診受診票」を持って受診する。

### <益田市>

医療機関	連絡先
大畑歯科医院	0856-23-2755
大庭歯科医院	0856-23-6222
大森歯科医院	0856-23-1997
おむら歯科医院	0856-22-5120
かもしま歯科	0856-32-3132
河野歯科	0856-22-1067
こころ歯科	0856-27-0939
ことぶき歯科医院	0856-24-0770
さいとうファミリー歯科	0856-25-1513
斎藤博歯科医院	0856-22-0379
さいとう歯科医院	0856-22-1755
歯科緑ヶ丘クリニック	0856-24-2266

医療機関	連絡先
しらがみ歯科	0856-31-0202
大同歯科医院	0856-23-0167
中島歯科医院	0856-23-7418
匹見歯科診療所	0856-56-0202
万葉歯科医院	0856-24-2500
みゆき歯科	0856-31-2272
棕歯科医院	0856-22-2210
安村歯科医院	0856-23-7717
領家歯科医院	0856-22-0473
澄川歯科医院(美都)	0856-52-7118
美都歯科診療所	0856-52-2544

### <津和野町>

医療機関	連絡先
永田歯科医院	74-0010
おか 歯科クリニック	72-2255

医療機関	連絡先
財間歯科医院	72-0038

### <吉賀町>

医療機関	連絡先
おがさわら歯科	77-3052

医療機関	連絡先
こうの歯科医院	78-2033

\*問い合わせ先\*

津和野町役場 健康福祉課 保健予防係（保健師）

☎0856-72-0657（直通）

これから生まれてくる大切な赤ちゃんと、ご自身の健康のために

# 妊婦歯科検診を受けましょう

～通常約 5000 円かかる検診が**無料**で受診できます～

妊娠中は心と身体がとても大きく変化します。

実は、お口の中も例外ではなく、だ液の量が減って虫歯や歯周病になるリスクが高くなります。症状が出る前に歯科検診に行ってお口の中もしっかりと整えて赤ちゃんを迎える準備をしましょう。

## どうして妊娠すると歯の検診が必要??

赤ちゃんのいる子宮には、妊娠中のママからたくさんの血液が入りこんでいます。

そのため妊娠中のママに感染があると胎盤を通しておなかの赤ちゃんに感染することがあります。

歯周病や虫歯も感染症の一種なので、早期発見・早期治療が大切になります。

### 1. 妊娠して変わるお口の環境

#### ①虫歯が出来やすくなります

【虫歯の進行につながる妊娠中の生活習慣の変化】

- ・つわりで上手に歯が磨けない時期が続く
- ・食生活が変化して歯に良くない物ばかりに好みが変わる
- ・だらだらと長時間食べ続ける習慣が出来る（食べづわり）

等



#### ②歯茎が腫れたり出血しやすくなります

\*妊娠すると女性ホルモンが増えるため、歯周病の原因菌が増加して歯茎の炎症が起こりやすくなります。この症状は妊婦の約半数以上にみられ、妊娠中期頃に一番多いといわれています。

### 2. お腹の赤ちゃんに影響する妊婦のママのお口の状態

#### ①妊娠中のママからの栄養でお腹の中にある赤ちゃんの歯は作られます

#### ②妊娠中からの虫歯予防は赤ちゃんの虫歯予防にとっても重要

\*生まれてくる赤ちゃんの歯は、妊娠 7 週目から歯を作る準備を始め、生まれる時にはもう生える準備ができています。

#### ③妊娠中のママが歯周病だとお腹の赤ちゃんに感染します

#### ④重い歯周病は早産の原因になります

\*歯周病のママが早産になるリスクは歯周病でない人の 7.5 倍とも言われており、この数字は早産の他の原因であるタバコやアルコール、高齢出産などに比較して、はるかに高い数字です。

～妊婦歯科検診の受診方法は、裏面をチェック!!～