

小向井歯科クリニックマタニティ歯科外来

— 0歳児からの虫歯予防—

1、目的

妊娠初期から、自分自身の口腔の健康と、胎児の歯や口腔の発育について認識し、自らの全身と口腔の健康維持に努める必要がある。また出産後は、家族の協力を得ながら育児を行う中で、小児の歯や口腔諸器官の健全な育成がはかれるように、指導・支援を行う。

2、方針

- 1) 妊婦、出産に伴う生活、心理上の変化に応じて、具体的な指導ができるよう、個々の状態を把握してから行う。現在の健康状況、生活習慣の変化、妊婦の口腔に関する知識やこれまでの歯科受診経験、歯科治療に関する希望など、妊婦の話をよく聞く姿勢をとる（傾聴）。
- 2) 妊婦自身の歯と口腔、食生活、口腔清掃などに関する情報だけでなく、胎児、乳児の歯の発育と母体の栄養などについての指導は、パンフレットなどを活用してわかりやすく行う。
- 3) 妊娠期に適した内容で指導、および歯科治療を行う。
- 4) 口腔管理は自己管理が重要であることを指導する。

3、診療手順

1) 問診票の記入

- ・小向井歯科クリニックの通常のもの
- ・マタニティ歯科外来用（別紙）

2) 唾液検査

- ・SMT 唾液検査

3) 口腔内診査

- ・齲蝕、歯肉炎（歯周炎）、粘膜疾患、口腔清掃状態等
- ・母子健康手帳の記入も併せて行う。

4) 指導

まずは妊娠という素晴らしい体験を、穏やかな気持ちで過ごしてもらおうということ。

その上で、以下の内容について指導する。

①妊娠と齲蝕について

妊娠すると、齲蝕になるリスクが増加する。

<原因>

- ・口腔清掃状態の悪化、偏食、過食
- ・唾液 pH の低下
- ・唾液分泌量の低下
- ・唾液粘稠度の増加

②妊娠と歯周疾患について

母親が中等度から重度の歯周病にかかっていると、低体重児を出産しやすくなり、喫煙やアルコール摂取よりも大きな影響を及ぼすと言われている。

◎歯肉炎（妊娠性歯肉炎）

<発症時期>

- ・妊娠 2～3 か月頃に発症
- ・妊娠中期以降に悪化
- ・出産後 2～3 か月頃に軽減

<原因>

- ・妊娠初期のつわりなどの影響による口腔清掃不良
- ・性ホルモン分泌の不調
- ・妊娠による抗炎症反応の低下

<症状>

- ・歯間乳頭、辺縁歯肉のびまん性の発赤腫脹
- ・炎症性歯肉増殖がみられ、出血しやすい

◎妊娠性エプーリス

<発症時期>

- ・妊娠 3 か月頃に発症し、分娩後に縮小、消失

<原因>

- ・卵胞ホルモン、黄体ホルモンなどが関係している

<症状>

- ・赤みを帯びた易出血性で弾力軟の腫瘤

→これらの症状もいずれも、口腔内の清掃・プラークコントロールによって予防できるものであることを認識させる。

③悪阻（つわり）状態時の口腔清掃について

- ・嘔吐感が強いときは、歯ブラシは無理をせず入るところまでにする。
- ・磨くのが苦しいときは、うがいをこまめに行う。（洗口剤の使用）
- ・歯磨剤のにおいや味が嫌なときは、使用しなくてもよい。

→口腔内は清潔に維持する。

④歯科健診、歯科治療について

- ・妊娠時期に適した治療を行う。

妊娠初期（妊娠第 0～第 3 月）

妊娠中期（妊娠第 4～第 7 月）

妊娠後期（妊娠第 8～第 10 月）

⑤歯および顎顔面の形成時期について

⑥規則正しい食生活と栄養について

妊娠すると内分泌の変調やビタミン代謝の障害などにより、栄養障害が起きやすくなる。また、妊娠によって胃が圧迫され、一度にたくさんは食べられなくなるので、つい間食をしてしまいがちである。また、嗜好の変化により、酸っぱいものや甘いものが欲しくなるので、口腔内が酸性にかたむき、齲蝕になりやすい環境になる。

妊婦自身の健康保持と胎児の発育、丈夫な歯をつくるのためにも食生活指導を行う。できるだけバランスよく栄養素を摂取し、規則正しい食生活を心がけるよう指導する。食感や味覚に配慮した食生活は、その後の子どもの食習慣の形成にもつながる。

妊娠中はビタミン A、B、C、D が不足しがちである。

妊娠初期に胎児の歯の形成が始まるので、栄養には十分に注意する。

<表1 歯の形成に必要な栄養素とそれを含む食品>

| | タンパク質 | ビタミン A | ビタミン C | カルシウム | リン | ビタミン D | 鉄分 |
|-------|--------------------------|----------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|----------------------------|----------------------------------|
| はたらき | 胎児の細胞をつくる 歯の基礎となる | 身体の発育や抵抗力をつける エナメル質の土台となる | 象牙質の土台となる | 胎児の骨や歯などをつくる 歯の石灰化を助ける | Caと結合して歯や骨をつくる 歯の石灰化を助ける | カルシウムの代謝を助ける 石灰化の調整 | Hbの成分になる |
| おもな食品 | 魚 卵 牛乳 とうふ | 豚肉 レバー ほうれん草 人参 バター | ほうれん草 みかん さつまいも キャベツ | ひじき チーズ しらす干し | 米 牛肉 豚肉 卵 | バター 卵黄 牛乳 | レバー 卵黄 肉類 ほうれん草 大豆製品 |

⑦乳児の口腔疾患、食生活、口腔清掃について

5) ブラッシング指導

- ・チェアにて実際にブラッシング指導を行う。
- ・ブラッシング指導だけでなく、下顎前歯部等の簡単なスクレーピング、PMTTC も行う。
- ・PMTTC を行うことで、妊婦のモチベーションが向上し、口腔ケアに関する関心も高まることが期待される。

↓ここからは保険治療へ

6) 歯科治療

①齲蝕治療

- ・治療必要部位があることを説明し、妊娠時期に適した治療を行う。

②歯周治療

- ・妊娠時期に応じて、通常のPの流れで行う。

→定期健診、子どもの受診へつなげる。

4、料金

初回：税込3,500円

2回目以降：保険診療

- ・初回パンフレット（マタニティ歯科セット）をお渡しする。