

妊婦歯科健診を実施しています！（費用無料）

助成内容

- * 妊娠中に1回、有田市契約医療機関（裏面に記載）で、歯科健診を受けることができます。
- * 健診費用は無料です。ただし、健診内容以外の治療や歯石除去などは、通常の保険診療となります。
- * 受診票は、出産後は使用できません。

受診のタイミング

- * 安定期に入った妊娠16～27週頃がおすすめです。体調のよい時に受診しましょう。
- * 健診前に、希望する医療機関に直接予約をして受診をしてください。

持っていくもの

- * 妊婦歯科健康診査受診票（健診受診券）※健診前に問診を記入してください。
- * 母子健康手帳
- * 健康保険証



産まれてくる赤ちゃんのために、歯科健診を受けましょう

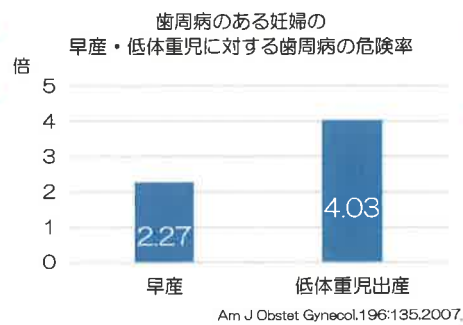
妊娠中のお口のケアが、とても大切なことをご存じですか？

妊娠中の歯の健康状態が、赤ちゃんの発育やむし歯にも影響を与えます。

ホルモンバランスの変化から口内トラブルも起きやすい時期、今からできることをはじめましょう!!

妊娠するとお口の中にトラブルが起こりやすくなります。

- * つわりがひどいと歯みがきが不十分になり、むし歯になりやすくなります。
- * 重度の歯周病があると、早産や低体重児の出産につながる可能性があります。
- * 女性ホルモンの影響で、妊娠性歯肉炎にかかりやすくなります。



今日からできるセルフケア

* 歯ブラシ選び

柄がまっすぐで、毛の部分が小さめの方が、つわりで歯がみがきにくい時にも使いやすいです。歯ぐきに痛みや腫れがある時は、やわらかい毛のブラシを選びましょう。

* みがくタイミング

基本は毎食後。つわりでみがくのがつらい時は、水や低刺激のマウスウォッシュでこまめにうがいをしましょう。無理せず、気分の良い時に歯磨きをしましょう。

* ちょこちょこ食べるに注意

つわりやお腹の圧迫感から1回の食事が減り、食事回数が増えやすい妊娠期。食事やおやつ時間の間隔が短いと、それだけで口の中が酸性に傾き、むし歯になりやすい環境になります。食事回数が増えても、時間を決めてできるだけ間隔をあげましょう。

産まれてくる赤ちゃんの歯

- * 産まれたばかりの赤ちゃんの口の中にはむし歯菌はいません。3歳くらいまでの間に周りの大人からうつるといわれています。お母さんをはじめ、周りの大人の方も口の中の環境に気をつけ、むし歯菌を減らしておくことが大切です。



裏面もお読みください。