



# 赤ちゃんとお母さんのお口の健康を守るために



## ①赤ちゃんの歯が作られる時期

乳歯の歯の芽は胎生7週頃に作られはじめるよ

	歯種	歯胚(歯の芽)形成
乳歯	中切歯	胎生 7週
	側切歯	胎生 7週
	犬歯	胎生 7.5週
	第1乳臼歯	胎生 8週
永久歯	第1大臼歯	胎生 3.5~4ヵ月
	中切歯	胎生 5~5.1/4ヵ月
	側切歯	胎生 5~5.5ヵ月
	犬歯	胎生 5.5~6ヵ月
	第1小臼歯	出生時
	第2小臼歯	7.5~8ヵ月
第2大臼歯	8.5~9ヵ月	
第3大臼歯	3.5~4年	

お母さんから十分に栄養をもらいながら  
少しずつ赤ちゃんの歯は強くなります。

## ②妊娠中のお口の中について

### 妊娠中はむし歯・歯周病になりやすい

- ①妊娠中は、ホルモンバランスが変化するため、歯ぐきが腫れたり出血しやすくなる
- ②つわりの影響で、どうしても歯みがきが不十分になりがち
- ③食べ物の好みの変化や間食回数の増加により、お口の中が酸性に傾き、むし歯ができやすくなる

## ③妊娠中のお口のケアについて

歯ブラシの  
選び方



ヘッドが小さめの歯ブラシを選びましょう

つわりがある時は無理せず、  
気分のいい時にみがきましょう

体調のよい時に「**歯科健康診査**」を受けましょう

妊娠届時にお渡ししています

歯みがきができない時は  
ぶくぶくうがいしましょう



生まれてきたお子さんに歯が生えてきたら、歯みがきをし、早めにかかりつけ歯科医院を持ちましょう