



親子でよい歯をつくりましょう



歯はいつ頃からつくられるの？

赤ちゃんの歯は妊娠中にできています
お腹にいる赤ちゃんの歯の発育のためにも、食事はバランスよくとるように心がけましょう

妊娠中のお口の中は？

妊娠中は、ホルモンバランスの変化、つわり、食べ物の好みの変化や間食等によって、むし歯や歯周病になりやすくなります

お母さんと赤ちゃんの大切な歯のために

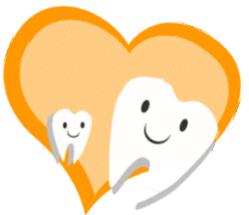
(お口の中をケアしましょう)

- ・つわりがある時は無理せず気分のよい時にみがきましょう
- ・歯みがきができない時はぶくぶくうがいをしましょう
- ・歯ブラシはヘッドが小さめのものを選んでみがきましょう



(歯科健診を受けましょう)

安定期に歯科医院で歯科健診を受けましょう



歯周病は早産や低体重出産の原因となることがあるという報告があります