

# 妊娠中のお口の健康



## ～歯周病検診を受けましょう！～

妊娠すると…

つわりや女性ホルモンの影響で歯周病やむし歯等が進行しやすくなります



そのまま放置しておくと…



早産や低出生体重児のリスクが高まります

お母さんのお口の健康は、生まれてくる赤ちゃんの健康にもつながります。  
自宅での口腔ケアだけでなく、歯周病検診も受けましょう！



### ★つわりの歯磨き対策

- ・下を向いて小さく動かして磨いてみましょう
- ・テレビやスマホを見る等、ながら磨きをしてみましょう
- ・体調の良い時間帯に磨きましょう
- ・小さいヘッドの歯ブラシを使ってみましょう
- ・歯磨き粉の種類や味を変えたり、砂糖不使用のキシリトールガムを噛みましょう
- ・食後に水でうがいだけでもしましょう



★検診を受けるときは、必ず妊娠していることを歯科医院に伝えましょう。

★必要があれば安定期に歯科治療を行いましょう。

対象年齢の幅が  
広がりました！

## 歯周病検診

ぜひお申込みください！



対象年齢：20歳以上

自己負担額：1,000円

内容：口腔内診査、歯科指導 ※治療は内容に含まれません

実施場所：健康カレンダーまたはQRコードからご確認ください

申込方法：保健センター窓口に、自己負担額を添えてお申し込みください。

申込受付：令和7年4月7日（月）から令和8年2月27日（金）まで

※受診の際は母子健康手帳をご持参ください

<問い合わせ先>

秩父保健センター ☎22-0648（平日8:30～17:15 土日祝日は除く）

