准妈妈的口腔常识

1. 什么时候检查口腔最适当？

计划怀孕前

妇女在计划怀孕前可先往见牙科医生接受口腔检查。牙科医生不但可及早为准妈妈治疗牙患，以免她们在怀孕期内因牙患恶化而要接受复杂的牙科治疗，而且可为她们提供怀孕期的口腔护理知识。

怀孕期第 4 至 6 个月内

在怀孕期间，准妈妈仍需往见牙科医生作定期口腔检查。口腔检查宜于怀孕 4 至 6 个月内，即胎儿比较稳定的期间进行。准妈妈并须告知牙科医生自己已经怀孕，以便牙科医生能在治疗时作适当安排。

2. X 光照射会否影响胎儿？

至于 X 光检查，其实一般牙科诊所都会采取足够保护措施，以确保胎儿安全。如有疑虑，准妈妈可跟牙科医生商量，看看可否待宝宝出生后才进行 X 光检查。

3. 准妈妈可否接受复杂的牙科治疗？

如非必要，准妈妈应避免在怀孕期间接受复杂的牙科治疗，如拔除阻生智慧齿、根管治疗等。这类治疗应尽量安排在怀孕前或产后进行。

4. 怀孕期间，准妈妈的口腔健康状况有甚么改变及应怎样护理口腔？

荷尔蒙分泌改变

怀孕期间，孕妇的荷尔蒙分泌会有所改变，如果准妈妈没彻底清洁口腔，她的牙龈就容易对牙菌膜中的细菌所分泌的毒素产生过敏反应，变得红肿和容易出血，这现象称为「妊娠期牙龈炎」。

因此，要预防及控制「妊娠期牙龈炎」，准妈妈应注意口腔卫生，必须早晚刷牙及每天用牙线或牙缝刷把牙菌膜彻底清除。

饮食习惯改变

妇女怀孕时，胃口可能会改变，吃喝的次数亦变得频密，从而增加患上蛀牙的机会。准妈妈在怀孕期间亦可能偏吃甜酸食物，或容易呕吐，这些酸性物质能够直接侵蚀牙齿外层的

珐琅质，使内层的象牙质外露，造成「牙齿敏感」。

为保护牙齿，准妈妈应使用含氟化物牙膏刷牙，因为氟化物可以：

- 促使初期蛀牙的受损部分复原
- 巩固珐琅质，以抵抗酸素的侵蚀
- 抑制牙菌膜内细菌的活动，减低产生酸素的机会

准妈妈如果有呕吐或需要经常进食，就要加强保护牙齿，例如使用含氟化物漱口水漱口，以增加牙齿抵抗酸素侵害的能力。不过，使用漱口水前应先征询牙科医生的意见。

5. 四环素对胎儿牙齿有影响吗？

怀孕期第 5 至 6 周，胎儿的牙胚就开始发育。若孕妇在怀孕期间服食四环素，胎儿的牙齿就有机会在钙化时因受四环素影响而出现颜色改变。因此，准妈妈就医时必须告知医生自己已怀孕，让医生按情况用药。