

## 準媽媽的口腔常識

### 1. 甚麼時候檢查口腔最適當？

#### a. 計劃懷孕前

婦女在計劃懷孕前，應先往見牙科醫生接受口腔檢查。牙科醫生不但可為準媽媽治妥牙患，令他們在懷孕期間安枕無憂，並且可為她們提供有關懷孕期的口腔護理常識。

#### b. 懷孕期四至六個月內

在懷孕期間，準媽媽仍須往見牙科醫生作定期的口腔檢查。最適當的時期是懷孕四至六個月內，因為在此期間，胎兒各方面已較穩定、體積亦較細小。此外，準媽媽的孕吐情況通常亦已減輕。不過，準媽媽應向牙科醫生說明自己已經懷孕，以便他能在治療時作適當安排。



### 2. X光照射會否影響胎兒？

如有需要，牙科醫生會以X光來輔助診斷牙患。對於接受X光照射，準媽媽大可放心，因為診斷牙患所需的X光度數一般是很低的，而且，牙科醫生會為準媽媽作好一切預防措施，以確保胎兒安全。



### 3. 準媽媽可否接受複雜的牙齒治療？

準媽媽應避免在懷孕期間接受複雜的牙齒治療，如拔除智慧齒、根管治療等。這類治療應盡量安排在懷孕前或產後進行。



#### 4. 懷孕期間，準媽媽的口腔健康狀況有甚麼改變及應怎樣護理口腔？

##### a. 荷爾蒙分泌改變

懷孕期間，由於荷爾蒙分泌改變，準媽媽的牙齦容易受牙菌膜所分泌的毒素刺激而致紅腫及出血，這現象稱為「妊娠期牙齦炎」(Pregnancy Gingivitis)。為預防及控制「妊娠期牙齦炎」，準媽媽應在刷牙時徹底清除牙菌膜，以保持口腔衛生。



##### b. 偏吃甜酸食物

準媽媽在懷孕期多會偏吃甜酸食物，然而，不可忽略的是牙菌膜會利用食物中的糖分製造酸素，從而引致蛀牙；酸食物則可直接侵蝕牙齒，令琺瑯質表層的礦物質流失，減低琺瑯質的厚度。



為保護牙齒，準媽媽應使用含氟化物牙膏刷牙，因為氟化物可以：

- 促使初期蛀牙的受損部分復原

- 鞏固琺瑯質，以抵抗酸素的侵蝕
- 抑制牙菌膜內細菌的活動，減低產生酸素的機會

若準媽媽偏吃情況嚴重，便應請教牙科醫生有關加強保護牙齒的方法，如使用含氟化物漱口水，以抵抗酸素的侵蝕。



### 5. 四環素對胎兒牙齒有影響嗎？

胎兒在母體內四至六個月左右，牙齒便開始鈣化。若準媽媽於胎兒牙齒鈣化期內服食四環素（一種抗生素），四環素便可能沉積在乳齒內，使乳齒呈啡黃或灰藍色，顏色一般視乎準媽媽曾服食四環素的類別、時間的長短和分量的多寡而定。故此，準媽媽就醫時須告知醫生自己已經懷孕，讓醫生因應情況使用藥物。

