

健康さがみはら

発行 一般社団法人 相模原市医師会



残暑が厳しくまだまだ熱中症対策をしっかりして過ごさないといけない毎日が続いています。さて今月の健康さがみはらは『お母さんと赤ちゃんのお口の健康』と『メタボ対策?サルコペニア対策?』です。人生100年時代。健康に長生きするために知っておいて欲しいお話になっています。ぜひご覧ください。

お母さんと赤ちゃんのお口の健康

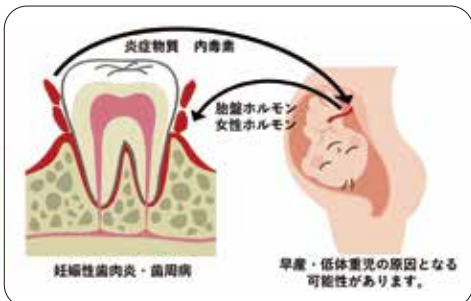
はじめに

お母さんになるとお口の変化は...

妊娠中は女性ホルモンの急激な増加による口腔環境の変化や「つわり」による嗜好変化や歯みがきの困難などによって虫歯や歯周病になりやすくなります。

虫歯…食事を十分とれなくなり赤ちゃんへの栄養供給も悪くなる。

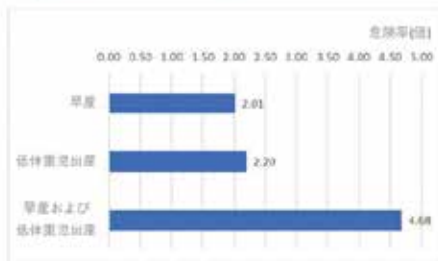
歯周病…歯周病によって歯ぐきに分泌される炎症物質が子宮の収縮を誘発することによって早産や低体重児の出産につながる可能性があります。



早産・低体重児出産のエビデンス

日本歯周病学会編集 歯周病と全身の健康 2015より

世長 歯周病に罹患した妊婦では、早産、低体重児出産、早産および低体重児出産へのリスクは増加する。(エビデンスレベル2a)



17報の症例対照研究 総数10,000名以上のメタアナライシスにより、歯周病の早産に対する危険率は2.01倍、低体重児出産に対する危険率は2.20倍、早産および低体重児出産に対する危険率は4.68倍である。

Corbella et al., Odontology 100(2):232-240, 2012.

目の愛護デー記念講演会&無料相談会のお知らせ

目の愛護デーを記念して、「講演会」および目の「無料相談会」を行います。

日時：令和5年10月1日(日)午後1時～4時
場所：相模原メディカルセンター 2階 大会議室(相模原市南区相模大野4-4-1)

①講演会 午後1時～2時
演題 「知っておきたい白内障の基礎知識～白内障手術のホントのところ～」
講師 北里大学医学部眼科准教授 飯田 嘉彦 先生

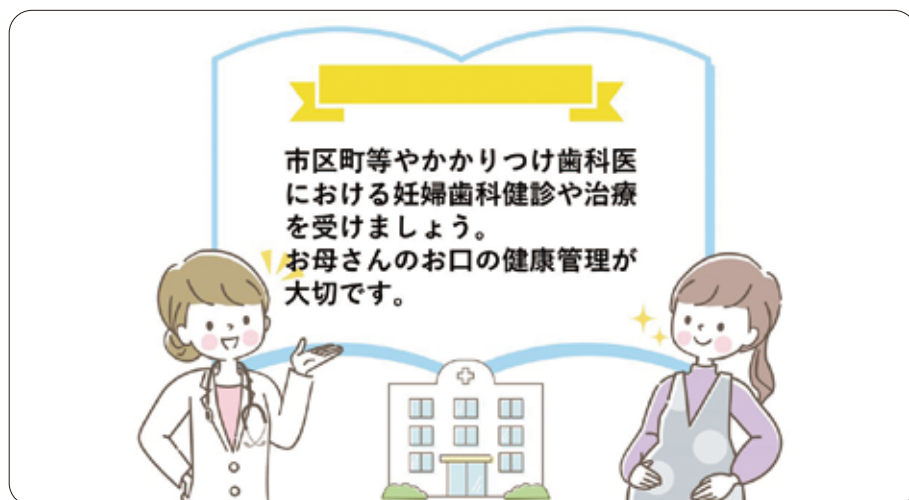
②目の無料相談会 午後2時～4時
費用：無料
申込方法：講演会の参加申込不要
※目の無料相談会を希望される方は、当日の午後0時30分～3時45分まで、会場入口にて受付を行います。講演会終了後の午後2時より受付順にお呼びいたします。

問い合わせ 相模原市医師会事務局 総務課 ☎042-755-3311 (相模原市医師会 眼科医会)

0歳からのお口の健康

歯の形成はお母さんの妊娠中に始まります。歯胚(将来の乳歯)は胎生期早期に準備されていますので、お母さんの栄養状態に影響されます。

産まれてくる赤ちゃんのためにもお母さんの口腔健康管理が大切です。そのためにはつわりがおさまる4～5ヶ月頃に妊産婦歯科健診を受診して、比較的体調の安定した妊娠中期に必要な歯科治療を行うことが重要です。



マイナス1歳から「将来の歯の健康」を考えよう!

歯胚(将来の乳歯)は胎生期早期に準備されている

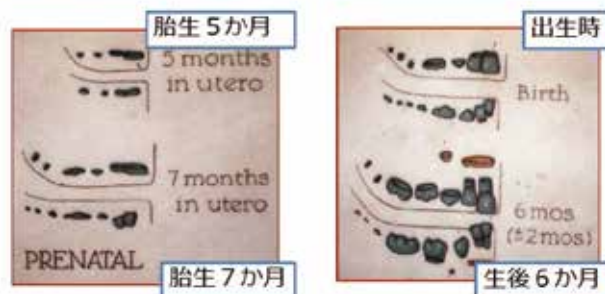


図. 歯列の発育図 (Schour, Masseler, JADA, 1941)

おわりに

妊産婦歯科健診は、妊娠中のお母さんと赤ちゃんの健康のために大切なものです。妊娠中は、ホルモンバランスの変化やつわりなどで、虫歯や歯周病になりやすくなります。これらの口内トラブルは、早産や低体重児のリスクを高めたり、赤ちゃんに虫歯菌をうつしたりする可能性があります。そうならないためには、妊娠中期までに歯科健診を受けて、必要な治療や予防を行うことが大切です。お母さんのお口の健康は、赤ちゃんへの思いやりでもあります。また、赤ちゃんが生まれた後も、歯の成長に合わせて定期的に歯科健診を受けることをおすすめします。

(相模原市歯科医師会 大嶺 秀樹)

