



## 歯周病と早産の関係

No.42

早産とは、妊娠22～36周の間に、通常よりも早く赤ちゃんが生まれてしまうことです。早産の原因として、妊婦の健康状態や喫煙習慣、妊娠中毒症などがあげられますが近年、歯周病が影響を及ぼすという報告もあります。

### 早産を引き起こす原因は？

感染症によって炎症がおこると、それに伴って体がさまざまな物質を作り出します。(それをここでは炎症物質といいます)この炎症物質の中には、子宮を収縮させて出産を促す物質も含まれているため、早産を引き起こすことがあるのです。

重度の歯周病にかかった母親は、早産や低体重児出産のリスクが高いことが報告されています。これは、歯周病にかかった歯周組織が作り出す炎症物質が血液中に入り込み、子宮の収縮に関係しているためだと考えられています。

### 妊娠で歯周病が悪化？

一方で妊娠中は歯周病が悪化しやすいという事実があります。つわりで食事のリズムが不規則になったり、気分が悪くお口の清掃が不十分になったりします。また、唾液の流れや分泌量も低下するといわれており、唾液分泌量の変化は、口臭の増加、消化を助ける作用や自浄作用の低下、pHの低下を招き、抗菌作用が低下します。



抗菌作用が低下することにより、むし歯や歯周病の原因菌が増える環境になります。

更に、胎盤で作られるホルモンが歯周病菌を増殖しやすくするため、歯ぐきに炎症が強く現れることがあります。つまり、歯周病は早産のリスクが高まるにも関わらず、妊娠中は歯周病にかかりやすいという大変やっかいな問題があるのです。

### 妊娠期の口腔ケアはどのようにすればよい？

まず妊娠する前から歯科医院で定期的に健診を受けて、歯周病があれば治しておくことが大変重要です。また、妊娠中でも歯科医院で健診やお口の清掃を受けることも必要です。

妊娠中は何か食べた後は「みがく」習慣をつけることが大切ですが、もしも気分が悪くて歯ブラシが使えない場合は、糖質の食べ物を控えるなど食べ物を工夫し、食後は口をゆすぐようにしましょう。小さめの歯ブラシを使ってみたり体調が良く、みがける時にみがいておくのも口腔ケアのポイントです。赤ちゃんが生まれてくる前にお母さんが正しい歯周病予防を身につけておくことは、お子さんのお口を健全に育てていくためにも大切です。



社団法人

## 柏歯科医師会

Http://www.kamukamu.or.jp

Email:kda@cc.rim.or.jp

