

edlyn052898 / January 03, 2018 04:27PM

[晶悅美學牙醫診所【專欄分享】養成正確清潔口腔習慣 降低孕期牙齦炎發作](#)

[img]<https://i.imgur.com/vtdhKe8.jpg?1>[/img]

#### 圖片/網路

懷孕期間的婦女經常會發生牙齦炎、牙疼以及蛀牙等症狀發生，甚至坊間流傳懷孕中牙齒不好，主因是懷孕期間母體的鈣質被寶寶吸收而造成，但其實牙齒疾病的發生並非完全是因為寶寶造成。晶悅美學牙醫診所專業醫師指出，懷孕期間婦女的牙齦本身較容易出現腫脹，倘若再受到牙結石影響之下，更容易造成發炎反應，而部分妊娠牙齦炎會伴隨牙齒搖動、口臭以及吃東西疼痛的現象。

懷孕初期部分婦女會出現害喜症狀，而害喜導致的嘔吐行為，容易使得口腔受到胃酸侵蝕，除此之外，孕期因為身體疲勞、身心壓力以及飲食偏愛甜食等等，而忽略立即且正確保有潔牙習慣，容易加速牙齦發炎速度。晶悅美學牙醫診所專業醫師提醒，懷孕期間由於牙齦經常性浮腫，導致牙根部分暴露在外，容易使得懷孕婦女於清潔口腔或喝冰水時，感到牙齒特別敏感且有刺痛感，若為了避開刺痛感而不刷牙，則可能使發炎症狀更嚴重。

除了疲勞與壓力造成牙齦容易反覆發炎以外，孕期的賀爾蒙改變也容易使口腔變得乾燥，甚至出現口臭問題，此情況主要與齒菌斑、牙菌斑、舌苔的增加有相對關係，建議除了牙齒的正確清潔以外，舌側與舌面也不可忽略。晶悅美學牙醫診所專業醫師建議，可替換為軟毛牙刷以及磨損度較低與未含界面活性劑的牙膏，可降低懷孕期間潔牙不適。

最後，若是孕期出現較緊急的狀況，依然可接受非侵入式的治療療程，此外，懷孕四至六個月為胎兒較穩定狀態，建議懷孕婦女愈接受定期洗牙與檢查可把握此孕程。晶悅美學牙醫診所專業醫師提醒，正確潔牙不可或缺的工具除了選擇合適的牙刷以外，可搭配牙線或牙間刷徹底清潔口腔，以利懷孕期間維持健康的口腔狀況。

晶悅牙醫 孕期治療 妊娠牙齦炎 孕婦洗牙

TEL : (02)2559-3671

ADD : 台北市大同區民生西路138號1樓

Line ID : edc25593671

晶悅美學牙醫診所官方網站

<http://www.edc99.com.tw/>

晶悅美學牙醫診所粉絲團

<http://www.facebook.com/edc99edc99>

---