

注意牙科治療的合適階段

懷孕期大致可分為三個「三月期」(trimester)，孕婦需注意有部分「三月期」並不適合進行牙科治療。

謝醫生說：「在懷孕期間，一般情況下都適合接受臨牀口腔檢查及洗牙，這些簡單的療程並不會對孕婦和胎兒構成危險；至於如補牙、杜牙根等較為複雜的療程，一般建議在懷孕的第二個『三月期』，即第十四周至二十六周進行。

因為在懷孕的首十三周（第一個『三月期』），屬於胎兒成長的關鍵時期，大部分主要器官都會在此階段發育，如果進行複雜口腔療程，甚至安排X光檢查，可能有機會影響正處於發育階段的胎兒，所以即使牙醫在孕期的第一個『三月期』發現有牙患需要處理，都會建議孕婦留待於第二個『三月期』才處理。」

至於在懷孕的最後「三月期」，即第二十七至四十周，同樣不適宜進行複雜的口腔療程。他解釋，病人需要以躺臥姿勢接受口腔療程，因為屆時孕婦的子宮已變大，容易擠壓着大動脈與靜脈，影響血液循環及血液含氧量，有機會令孕婦在接受治療時出現暈眩等不適，因此此階段只適合進行部分簡單、可在短時間內完成的檢查，有需要可待生產後再處理牙患。

◀孕婦需注意在懷孕期中有部分時間未必適合進行牙科治療。

計劃懷孕前早處理牙患

孕婦在懷孕前已養成定期接受牙科檢查的習慣，及早發現並處理口腔問題，有助維持她們在懷孕期間的口腔衛生。

謝醫生說：「女士最好在計劃懷孕前及早接受一次詳細的牙科檢查，盡快處理並治療，減低因懷孕關係而未能處理口腔問題的機會；懷孕後亦需按牙醫建議繼續定期檢查。

另外，孕婦在懷孕期間可能會變得嗜甜或嗜酸，惟進食過多甜、酸味食物會增加蛀牙風險，因此在選購食物時，應留意包裝上的營養標籤，選擇一些糖分較低的食物，減低蛀牙風險。」

在懷孕初期，孕吐的情況可能會較頻密，謝醫生提醒，孕吐後最好使用以梳打粉開水或含氟化物的漱口水來漱口，以免胃酸殘留口腔，有助減低蛀牙風險。

▶孕吐後最好使用以梳打粉開水或含氟化物的漱口水漱口，以免胃酸在口腔停留增加蛀牙風險。



牙周病 可引致早產？

拆解懷孕期間

口腔衛生要點

養和醫院牙周治療科專科醫生
謝達柱醫生



懷孕期間，孕婦有機會因為飲食習慣、荷爾蒙等改變，提高出現蛀牙、牙周病等口腔衛生問題的風險，情況嚴重更有機會影響胎兒發展，甚至可能會早產。

今期由牙醫為大家拆解，懷孕期間常見的口腔問題、對孕婦及胎兒造成的影響，以及一些在懷孕期間維持口腔衛生的注意事項。

撰文：梁仲泰 設計：美術組

孕婦常見蛀牙、牙周病

孕婦在生活習慣及身體狀態變化下，相對容易出現蛀牙及牙周病等問題。

養和醫院牙周治療科專科醫生謝達柱醫生說：「不少孕婦在懷孕期間，其飲食習慣可能有改變，變得嗜甜或嗜酸；加上懷孕初期容易出現孕吐等妊娠不適，胃酸容易殘留在孕婦口腔，因而令其口腔環境的酸性提高，增加蛀牙風險。

此外，懷孕期間因為雌激素等荷爾蒙分泌改變，會影響其免疫系統，期間孕婦會較容易患上牙齦炎、牙周病等。有研究發現，約百分之三十孕婦患有牙周病；美國的統計指出，百分之六十至七十五孕婦患有妊娠期牙齦炎，即早期牙周病。」

▶孕婦在懷孕期間因為雌激素等荷爾蒙分泌改變，而較有機會患上牙齦炎等問題。



牙患或影響胎兒發展

懷孕期間一旦因口腔衛生欠佳而出現牙周病、蛀牙等牙患，或會影響腹中胎兒健康，即使出生後亦有機會影響嬰兒的發展。

謝醫生說：「牙周病是發炎的病症，身體任何一個部分出現發炎問題，對全身都可能造成影響，因此亦會對腹中胎兒造成不良影響。有研究發現，在部分患有牙周病的孕婦羊水中，發現IL-6、IL-8、PGE2等顯示身體有發炎的炎症標誌物(inflammatory markers)，發炎可能會導致嬰兒早產、出生時體重過輕等問題；對於孕婦本身而言，牙周病有機會令她們出現高血壓、糖尿病、全身腫脹、腎臟問題等，嚴重更可能引致妊娠毒血症。

轉糖鏈球菌屬引致蛀牙的主要細菌，一旦孕婦有蛀牙，反映口腔中的轉糖鏈球菌含量相對高。嬰兒出生後，當母親與嬰兒有餵食、親吻等互動時，有機會將口腔中的轉糖鏈球菌經口水傳染予嬰兒，該菌會在嬰兒口腔中繁殖，增加嬰兒未來蛀牙的風險。」

◀當母親與嬰兒有親吻等互動時，有機會將口腔中的轉糖鏈球菌傳染予嬰兒，增加嬰兒未來蛀牙的風險。

