

2012年口腔执业医师考试辅导：准妈妈孕期如何保护牙齿

PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/656/2021_2022_2012_E5_B9_B4_E5_8F_A3_c22_656201.htm

本文详细介绍了准妈妈孕期5种最具代表性的口腔疾病的状、病因及治疗对策。“牙疼不是病，疼起来真要命！”在孕期就更是如此。牙疼了，怎么办？怀着孕能去看牙吗？这里向你介绍5种在孕期最常见的口腔问题，让你在遇到这些麻烦时可以不用过分担心，从容应对。即使护理得再小心，谁也不能保证你的牙齿可以在孕期里平平安安地不出一点问题。不过，在你遇到问题时，首先应该咨询你的妇产科医生，然后再去牙科就诊。并且一定要和牙科医生强调你已经怀孕的事实。妊娠期间最常见的5种口腔问题下面介绍5种最具代表性的孕期口腔疾病，包括它们的症状、病因及对策，帮你正确应对。

妊娠期牙龈炎 牙龈炎是发生在龈缘和龈乳头的炎症。妊娠时准妈妈体内激素（主要是黄体酮）水平增高，使牙龈毛细血管扩张、瘀血，炎症细胞和液体渗出增多，加重了炎症反应，使准妈妈患上妊娠期牙龈炎。不过，局部的刺激物及菌斑是妊娠期牙龈炎的一个重要始动因素，如果没有刺激或菌斑，妊娠期也不会发生牙龈炎。孕期预防口腔疾病的基本原则是饭后刷牙，但现实情况是，有些孕吐严重的准妈妈是怎么也无法遵守这个原则的，只要把牙刷往嘴里一放立刻就会恶心。可是如果不刷牙，寄居在牙垢中的细菌就会破坏牙龈中的毛细血管，导致牙龈出血。症状：牙龈出血、牙龈肿胀。对策：及早治疗，尝试多种洁牙方法。如果刷牙觉得恶心的话，饭后可以漱漱口，试着使用一些杀菌剂或漱口液，或者嚼一嚼口香糖。嚼口

香糖的时候口腔会分泌大量的唾液，可以起到冲洗牙齿的作用。还有就是可以尝试一下用牙线，应该不会引起呕吐反应。但是，粘在牙齿上面的龋齿素和牙垢如果不用牙刷清除是不会自然脱落的，所以，尽量选择在自己心情不错的时候挑战一下用牙刷刷牙。另外，也可以在发生牙龈炎症状的初期及早就医，因为如果放任不理，到了孕晚期症状会越来越严重。龋齿也就是我们常说的蛀牙。妊娠反应时期，很多准妈妈会经常感到恶心吃不下东西，因此，就采用少食多餐的方法，在能吃的时候就吃一点，每天进食的次数自然而然就增加了。孕晚期，肚子逐渐变大，开始压迫到胃，每次的进食量也会减少，这样也会导致进食次数的增加。可这样一来，就为龋齿的发生创造了一个良好的环境。因为人的口腔平时是一个弱碱性的环境，当人们进食的时候，口腔中的环境开始慢慢向酸性转变，牙齿也在这时开始溶解，当然这都是在显微镜下才能看到的情况。1小时以后，唾液中的钙和磷开始活跃，进行牙齿修复（再石灰化），让牙齿恢复原状。但是，如果频繁地进食，这种作业就跟不上牙齿损坏的速度，龋齿素就会稳定下来，慢慢地导致龋齿的发生。症状：牙疼。对策：每次进食的间隔要在1小时以上。一般情况下治疗龋齿的过程中进行的麻醉对胎儿是没有任何影响的，并且也可以使用一些不影响妊娠的药物，但为了稳妥起见，最好进入孕中期，情况比较稳定的时候再接受治疗。还有一般情况下尽量不要在妊娠期间拔牙。牙周病 牙周病是一个多因素的疾病，没有一个单一的因素能破坏牙周组织，以至牙齿脱落。准妈妈更容易感染牙周病菌，因为在妊娠反应阶段经常不愿意刷牙，牙齿容易积蓄牙垢，而牙垢又是引发牙周病的原因

。此外，在牙周病菌中还有一种细菌是以准妈妈分泌的激素为养料的，所以，准妈妈很容易患上牙龈炎症，容易出现牙周病，而且更容易恶化。症状：牙齿松动。对策：防止恶化，产后治疗 怀孕期间，牙周病大都会有恶化的倾向，但还是应该尽量避免用药。治疗应仅限于清除牙垢，可以使用漱口水、牙刷、牙间刷、牙线等来防止病情的恶化，等到分娩后再彻底进行治疗。由于这种病症很少会转化为重症，所以不要过分担心。

妊娠性龈瘤 妊娠时牙龈乳头可出现瘤样增生称“妊娠性龈瘤”，极易出血，一般在分娩后，龈瘤和出血症状可消失。妊娠性龈瘤是由于激素的影响而产生的，这是一种生长在牙龈上的良性肿瘤，没有疼痛感。多长在前齿的齿龈上。症状：前齿的齿龈上长出了小包。对策：观察为主。妊娠性龈瘤的产生是激素变化的结果，所以没有什么特别好的对策。而且因为没有任何不好的影响，所以几乎没有人会在怀孕期间将它拿掉，有些情况下，它还会在产后自然消失，所以怀孕期间暂且采取以观察为主。如果产后仍然没有消失的话，那时可以很容易地就把它拿掉。

牙齿敏感症 是一种牙齿受到温度（冷热）、化学（酸、甜）和机械（刷牙、咬硬东西）刺激时感觉酸软疼痛的症状。它不是单独的一种病，而是各种牙体缺损时共有的症状，牙体缺损时，牙釉质缺损，牙本质暴露，外界刺激后，产生敏感症状。妊娠期，全身的应激性增高，神经末梢的敏感性增强，即使牙本质没有暴露，准妈妈也可能会感到全口牙齿极度敏感不适。症状：过冷或过热的食物会突然导致牙齿疼痛。对策：及时就医，使用脱敏牙膏。出现了牙齿敏感的症状后一定不要忍着，应该立即到牙科诊所向医生咨询，因为有的情况下是可能采取

不会影响妊娠的药物进行治疗的。您也可以去咨询购买添加了预防药物的牙膏以及可以防止牙齿在咬牙过程中受损的牙齿垫片。护牙小窍门什么方法能更好地预防龋齿？导致龋齿的重要因素有三个：牙质的脆弱程度，口腔中食物残渣的量 and 龋齿菌的量。同时满足这3个条件，经过一段时间就会产生龋齿。如果一个人的牙质很脆弱，并且口腔中也有大量的龋齿菌，而又不经常刷牙的话，就容易发生龋齿。只要在每次进食后都认真地刷牙，经常保持口腔的清洁，就可以很好地预防龋齿。另外，控制甜食也可以有效预防龋齿。口腔中存在的龋齿素链球菌会结合食物中含有的糖分制造出牙垢，并且开始产生酸性物质。牙齿的表面是一层釉质，它非常坚硬可以抵御外部的剧烈冲击，但是它却很怕酸。因此为了口腔中不产生酸性物质，所以要尽量控制吃甜食。如果吃了甜食，也要记得吃完后一定要刷牙。牙刷、牙线、牙间刷3点组合做好预防工作。用牙刷刷牙的时候是没有办法很好地清除牙缝间食物残渣的，因此我们最好结合牙线或牙间刷一起使用。有些人担心牙线用多了牙齿间的缝隙会变大，其实这种担心是完全没有必要的。哪些地方使用牙线，哪些地方需要使用牙间刷，可以向牙科医生进行咨询。每天刷牙次数过多会不会损伤牙齿？牙齿表面的釉质是非常坚硬的，所以并不会因为多刷几次而损伤牙齿。以前的牙粉中曾经使用过研磨剂，现在已经不用了，并且牙刷的质量也好了很多，所以饭后一定要刷牙！在出现疼痛之前定期接受牙科检查 很多人都是出现牙疼症状后才想到去做牙科检查，可是你知道吗，牙疼很多情况下是细菌已经侵蚀到了神经。如果在出现牙疼症状之前就诊，通过补牙等简单的治疗就可以了。可是如

果牙疼得不得了了再去看，很可能需要杀死牙神经了，没有牙神经的牙齿会变得异常脆弱，最后的结果就是拔掉。因此，即使牙齿不疼，最好也要每半年做一次牙科检查。怀孕期间，胎儿会需要大量的钙，因此牙齿会变得脆弱不堪，这是真的吗？不用过分担心，除非在严重缺钙的情况下，否则牙齿中的钙不会流失。牙周炎与早产有关吗？根据专家们的研究，牙周炎确实有可能导致早产以及低体重儿等问题的发生，不过，准妈妈不用过分担心，除非牙周炎的病情特别严重，否则这种情况是不会发生的。美国的一项调查表明，当母体患有严重的牙周炎时，发生早产或生出低体重胎儿的危险是一般的孕妇的5.9倍。如果是第一胎的话，发生这种危险的比率更高达6.7%。另外，也有报告表明牙周炎与低体重胎儿的出生有十分密切的关系。不仅如此，我们也慢慢地了解到，由牙周炎进而引发牙龈炎症，同时会产生一种叫做细胞因子的炎症物质，它不仅会促使牙周炎恶化，而且还会进一步诱发子宫收缩，引发早产。相关推荐：[#0000ff>2012年口腔执业医师考试辅导：口腔癌预防的先兆](#) [#0000ff>2012年口腔执业医师考试辅导：口腔异味预示各类疾病](#) [#0000ff>2012年口腔执业医师考试辅导：专家纠正口腔护理三大误区](#) 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问

www.100test.com