

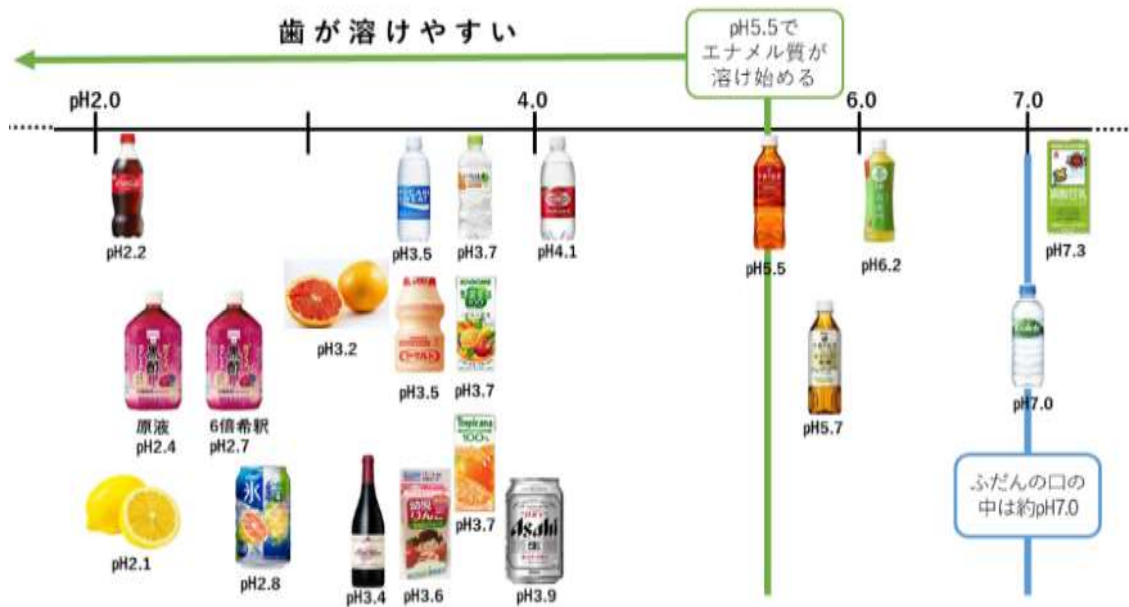
・酸蝕症

妊娠後期になっても嘔吐が続く場合には、脱水に続く唾液分泌減少も重なり、酸蝕症を起こしやすくなります。

また、それにより、知覚過敏も生じやすくなります。

歯は酸性度の高い飲食物に長く触れると簡単に溶ける状態です。

例えば酸性度の高い飲食物はこれらです。



- ・炭酸飲料や柑橘系の飲料は酸性度の高い飲食物です。

つわりによる嘔吐は妊娠初期の妊婦の約70%が経験していると言われています。

予防には、食生活の改善と食後の歯磨きが大切です。

つわりの時期は歯磨きが辛いかもしれませんが、辛い時はお口をお水でゆすぎ、体調の良い頃合いを見計らって歯磨きを行きましょう。

<酸蝕症の予防方法>

- ① 酸性の飲食物を口にした後は水で口をゆすぐ。
- ② 酸性の飲食物をだらだら食べたり飲んだりしない。
- ③ 寝る前には酸性の飲食物を控える。

といったこれらの対策が必要になります。