

妊娠を機会に お口の健康を チェックしてみましょう



■ 歯の健康づくり得点

当てはまるものに○を付けましょう

項 目	はい	いいえ
歯ぐきが腫れることがありますか	0	4
歯がしみることがありますか	0	3
間食をよくしますか	0	3
趣味がありますか	3	0
かかりつけの歯医者さんはいますか	2	0
歯の治療は早めに受けるようにしていますか	1	0
歯ぐきから血が出ることがありますか	0	1
歯磨きを1日2回以上していますか	1	0
自分の歯ブラシがありますか	1	0
たばこを吸いますか	0	1

「はい」の合計

+

「いいえ」の合計

=

合計得点

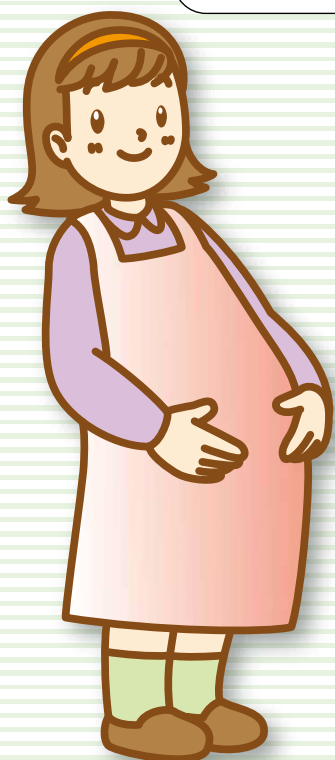
愛知学院大学歯学部口腔衛生学教室：「歯の健康づくり得点」参照

「はい」「いいえ」の得点の合計が16点以上であると、歯や歯肉の健康状態もよく、歯を失わないための生活習慣ができていることになります。

お母さんのお口の健康は赤ちゃんの健やかな成長につながります。

妊娠中は、口の中が不潔になりやすく、むし歯や歯周病がおこりやすくなります。重度歯周病により、早産等の原因になる可能性が報告されていますので、16点以上の方も妊娠を機会に歯科医院を受診してかかりつけ歯科医院をつくりましょう。

歯科健診を受診するには、妊娠12～27週頃が適切です。
体調が良い時には是非歯科健診を受診しましょう。



KAWASAKI CITY

川崎市

お問い合わせ：健康福祉局健康増進課
☎044-200-2411