

『マイナス2歳』から考える予防歯科 はじめてみませんか？

——生まれてくるお子さまに贈る、一生続く健康の土台——

？ 「マイナス2歳」っていつのこと

それは、「いつか赤ちゃんがほしいな」と思い始めた今のあなたのこと。

「0歳」は、赤ちゃんが生まれたとき

「マイナス1歳」は、お母さんのお腹の中にいるとき

「マイナス2歳」とは、妊娠するおおよそ1年前



実は…赤ちゃんの一生の健康は、お腹に宿る前から始まっています。

近年の研究で「DOHaD（ドーハッド）」という考え方が注目されています。

これは、「胎児期や乳幼児期の栄養環境が、将来大人になってからの健康（糖尿病や高血圧などのリスク）に影響する」というもの。お母さんが妊娠する前からの体の状態が、赤ちゃんの「健康の設計図」をつくります。未来のお母さんが栄養をしっかり吸収できる体、炎症のない健康な体を作っておくことが、赤ちゃんへの一番の贈り物になります。

自分のキレイや体調を大切にしながら、妊娠期や子育て期も元気に過ごしたいですね。

？ お口と赤ちゃん、どう関係あるの

「お口の健康」が、元気な赤ちゃんを育みます。



理由1: 早産・低体重児出産のリスクと関係している

お母さんが歯周病に罹患していると、早産のリスクが上がるということがわかっています。

理由2: 赤ちゃんの歯とお口の土台をつくる

赤ちゃんの歯やお口の環境は、妊娠前から妊娠中のお母さんの栄養状態の影響を受けます。必要な栄養がしっかり届くことが、丈夫な歯と健やかなお口を育てる基礎になります。

理由3: 赤ちゃんへの菌うつりを防ぐ

むし菌やそのほかの菌をうつしてしまわないように、家族全員で治療を受けましょう。

✓ 【マイナス2歳からの予防歯科】チェックリスト

もし、ひとつでも当てはまったら、ぜひ私たちにご相談ください。

- いつか赤ちゃんが欲しいと思っている
- 甘いものが食べたくなるのが止められない
- むし歯がしやすい
- 歯石がつきやすい
- 歯ぐきが腫れやすい・出血しやすい
- 口の中が乾きやすい、ネバつく
- 疲れやすい・体調を崩しやすい
- 食事が不規則になりがち
- 歯科検診をしばらく受けていない

妊娠してからは、つわりやお腹の張りがつらくて、思うように治療を受けられないこともあります。だからこそ、体調に余裕があって、薬を使わずにケアができる「今」が、お口を整えるいちばん良いタイミングです。私たちは、今のあなたの健康だけでなく、これから先のあなたと、未来の家族の健康まで大切にしたいと考えています。まずは、気軽なお口のチェックから始めてみませんか。

