



我们附上了准妈妈和
新手妈妈有关口腔健康的

热门问题

(与相关回答)。

访问

HealthyChildren.org/tinyteeth

了解详情

American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®



本出版物中包含的信息不得用于替代儿科医生的医疗护理和建议。您的儿科医生可能会根据个人事实和情况建议治疗方法。该出版物由美国儿科学会编制。作者和投稿者是儿科领域的专家权威。在编制本出版物的内容时，未征求或接受任何形式的商业参与。© 2018 美国儿科学会版权所有。您从我们的网站下载或打印的资料仅可作个人参考之用。如要出于任何形式的商业用途翻印，请联系美国儿科学会。本文件照片中的相关个人均为专业模特。她们与所讨论的问题无任何关系。她们扮演的任何人物均为虚构。

本手册通过疾病

控制和预防中心 (CDC) 资助的赠款或合作协议编号 [6 NU38OT000167-04-01] 而获得支持。内容完全由作者负责，并不一定代表疾病控制和预防中心或卫生与公众服务部的官方观点。

美国儿童牙科学会、美国妇产科医师学会和美国牙医协会支持将本临床文件用作教学工具的价值，2019 年 1 月。

妈妈们有关 口腔健康的疑问





多数女性关于口腔健康和怀孕的6个问题

问：怀孕时看牙医是否安全？

答：是！实际上，这是推荐的做法。晨吐和荷尔蒙变化让您在怀孕时更易患上牙龈疾病和蛀牙，而这会影响到婴儿的健康。牙医可以治疗这些疾病或帮助您避免这些疾病。

问：我应当在孕期哪个阶段接受牙科检查？

答：生产之前接受一次牙科检查。如果距离您上次看牙医已有超过六个月，或如果您有任何口腔健康问题，请尽快预约就诊。

问：我应当告知牙医哪些有关怀孕的信息？

答：请告诉牙医您已怀孕以及您的预产期。另外请确保牙医知晓您正在服用的任何药物、具体的病情、使用的任何形式的烟草或毒品，或您是否为高危产妇。

问：怀孕时接受牙科治疗是否安全？

答：是。X光片、局麻和多数止痛药都是安全的，前提是牙医必须知晓您已怀孕。

问：我应当采取哪些措施以避免在怀孕期间出现口腔健康问题？

答：请务必使用含氟牙膏每天刷牙两次、清洁牙缝、接受牙科检查并减少含糖食物的摄入。如果您有晨吐，请在晨吐后在一杯水中加一勺苏打粉漱口。

问：为什么我的口腔健康在婴儿出生后也对其至关重要？

答：妈妈和婴儿分享一切 - 包括细菌。如果您有蛀牙，您口中也会有引起蛀牙的细菌。这种细菌会从您口中传到婴儿口中并提高其蛀牙的风险——因此，在婴儿出生前接受牙科检查并为其口腔健康奠定基础至关重要。



妈妈们有关婴儿口腔护理的6个问题

问：在乳牙萌出之前，我可以采取哪些婴儿口腔护理措施？

答：无论是以母乳还是配方奶喂养，每次喂奶后和婴儿睡觉前都请擦拭婴儿的牙龈。保持自己的口腔健康，并避免用您的嘴清洁安抚奶嘴。

问：当婴儿开始萌出乳牙时，我应当采取哪些措施？

答：使用干净的手指抚慰出牙期的婴儿，或让宝宝咀嚼干净、湿润的毛巾。您也可要求医生推荐安全的磨牙圈。出牙通常不会引起发烧、皮疹或腹泻。如果婴儿出现这些症状，请致电儿科医师。

问：如果婴儿在吃奶时嘴里含着奶瓶睡着了怎么办？

答：婴儿在吃奶时可能会嘴里含着奶瓶睡着。如果出现这种情况，请试着用干净的软布擦拭其牙龈。这有助于清除可引起蛀牙的糖分和细菌。请避免让宝宝口含奶瓶入睡。

问：何时应当为婴儿刷牙？

答：萌出第一颗乳牙后就应当开始刷牙。请务必使用少许牙膏（一粒米的大小）每天刷牙两次

问：何时应当带着婴儿第一次前往牙医处看诊？

答：婴儿萌出第一颗牙之后，且应不晚于其一岁生日，就应当带婴儿前往牙医处看诊。如果您需要帮忙寻找儿童牙医或可为儿童看诊的牙医，请咨询儿科医师获取建议或访问 insurekidsnow.gov。

问：婴儿的牙齿重要吗？

答：是，即便乳牙最终会脱落，也应避免婴儿出现蛀牙。乳牙可帮助儿童进食健康食物、发展语言能力并为恒牙留出空间。造成乳牙蛀牙的细菌会留在口腔中，造成恒压蛀牙。