



孕婦牙患高危

及 早 正 視

懷孕是婦女人生大事，
小心飲食、步步為營防病防受傷。
孕婦除了注重身體健康，
牙齒健康也不應忽視。
如過分憂慮而拒絕見牙醫接受治療，
不但自己受苦，
更會影響胎兒健康！

撰文：陳旭英 攝影：吳艷玲 設計：楊存孝

► 雷威鴻牙科醫生說，孕婦普遍對牙科診治有誤解及擔憂，致有牙患都不敢求醫。



▲由於懷孕期間荷爾蒙分泌轉變，孕婦比一般人更容易有牙科問題。



三 十歲的李太，有個可愛的三歲女兒，有了她，人生大滿足。但三年前當女兒仍在腹內時，她發現原來她患了牙周病。

「當時正值懷孕中期，大約是二十周吧，我突然發覺牙肉腫了。之前我牙齒一直健康，沒有牙痛，但那次卻是在一兩天內突然腫脹，苦不堪言……」李太說。

「其實在政府的母嬰健康院、婦產科診所都有懷孕需知小冊子，提醒孕婦要注意事項，其中就包括牙患，提醒我們要及早處理。而我在見牙醫前，先諮詢自己的婦產科專科醫生，了解應否接受牙科治療，他都說要盡快處理，不可拖延……」李太說。

其後在牙周病專科雷威鴻醫生詳細檢查後，發現因為沒有做好清潔，而令牙菌膜積聚，引致牙肉發炎腫脹。

「牙醫說我因為懷孕期間害喜關係，當刷兩邊內側大牙時牙刷碰到舌頭，令我反胃，我就不期然避免刷牙齒內側，久而久之令細菌積聚，引發牙齦炎！」李太說。



其實懷孕，正是其中一個會引發牙齦炎的重要原因。

懷孕荷爾蒙 影響口腔健康

養和醫院牙周治療科專科雷威鴻醫生說，不少孕婦以為接受牙科檢查或治療是忌諱，因而拒絕求診或治療，其實不明智。

「孕婦經常被告誡不可以吃某些東西、不可以做某些事情，例如在懷孕期間不可以見牙醫，致令孕婦有牙患時都不敢求醫。這情況，在西方國家和在香港都

一樣，一份美國調查報告就顯示，超過五成孕婦即使有牙齒問題，都不會在懷孕期間見牙醫；報告指出，這個情況在亞洲地區可能更加顯著。」雷醫生說。

為何會有這情況？雷醫生說這與大部分人對孕婦牙痛問題缺乏認識和了解有關，她們會以為牙齒問題是自己飲食出現問題，或者是壓力引致，卻沒有想到問題原來源於懷孕期間身體狀況的轉變。其實婦女懷孕與牙齒健康有密切關係，包括以下三大原因。



◀ 懷孕期間出現的牙肉腫脹。

► 在計劃懷孕前，最好先見牙醫檢查牙齒，如有問題可以及早治理。

「第一個原因，是孕婦容易嘔吐。研究發現，七至八成孕婦會出現『害喜』現象，即作悶、嘔吐，大部分孕婦在嘔吐後會刷牙以清潔口腔。然而嘔吐物帶酸性令琺瑯質軟化，立即刷牙會造成酸蝕。雷醫生建議孕婦在孕吐後應該用清水漱口，或用漱口水或蘇打粉混水來漱口，可清潔口腔而又不損害牙齒。

孕婦亦可考慮咀嚼香口膠，刺激唾液分泌，以中和嘔吐殘餘物的酸性。

如果孕婦很想刷牙，我們建議孕婦在孕吐後半小時才刷牙會比較好。」

提防妊娠期牙齦瘤

第二，婦女在懷孕期間特別嗜甜，喜歡吃零食和甜品，蛀牙



牙醫雷威鴻說孕婦見牙醫時會有特別措施，例如以毛巾墊在腰下，確保母嬰安全。





機會率亦會大大提高。

第三，孕婦在懷孕期間荷爾蒙改變，會導致孕婦牙肉易腫和流血，亦使之更易滋生會引致牙齦炎的細菌，甚至導致牙肉發炎。另外大概百分之一至十孕婦會因荷爾蒙改變而出現妊娠性牙齦瘤，雖然不會對孕婦身體造成太大影響，但同樣會使牙肉更易流血及腫脹。」

雷醫生解釋，牙周病由細菌引致，會影響牙齦及牙骨。「牙齒在正常情況下，牙骨會包住牙腳，但有牙周病的患者牙骨會逐漸收縮，牙肉發炎，嚴重會導致牙齒脫落。數據顯示，牙周病十分普遍，過半都有不同程度的牙周病，其中一成人病情嚴重，當中亦包括孕婦。」雷醫生說。

雖然研究顯示牙周病與胎兒健康沒有直接關係，但雷醫生特別指出，有牙周病的孕婦所生育的嬰兒會有潛在風險，包括過輕



▲ 另一名出現嚴重牙周病的孕婦。

▼ 由於懷孕荷爾蒙影響，孕婦容易出現妊娠性牙齦瘤。



► 使用牙縫刷可徹底清潔牙齒。



▲ 牙科醫生會教導孕婦正確清潔牙齒方法，包括用牙縫刷及牙線等。

（出生時體重少於二點五公斤）或早產（早於三十七周出世）。所以孕婦如有牙患，應及早求醫治理。

見牙醫三大疑慮

雷醫生說，現時沒有研究顯示治療牙齒或護理會對胎兒造成影響，孕婦可以照常到診所洗

孕婦需要接受X光檢查牙齒時，牙科護士會她穿鉛製保護衣，避免X光影響胎兒。



牙、補牙、杜牙根以及治療牙周病，即使進行輕量麻醉或激光治療也不會對孕婦產生問題。

孕婦見牙醫，最擔心的三個問題，包括麻醉藥、服藥，以及照X光片，雷醫生說不必過慮。他解釋：「牙醫最常用的麻醉藥，均對胎兒沒有影響，而現時大部分醫生處方的止痛藥及抗生素亦對胎兒安全，孕婦毋需過分擔憂。」

至於X光檢查，如診症用途為牙齒照X光片，不會對胎兒造成影響，不過如非必要，牙醫都不會建議孕婦接受口腔X光檢查。

雷醫生亦建議，孕婦不應該因為懷孕而停止恆常檢查和洗牙

孕婦接受牙科檢查須知

雷威鴻醫生說，為了母嬰安全及令孕婦舒服，在孕婦求診時會作出以下安排：

- 1 有計劃懷孕時，除了約見婦科醫生外，亦應約見牙科醫生詳細檢查牙齒，確保牙周健康。
- 2 懷孕期間第四至六個月為接受牙齒檢查的最佳時間，因為胎兒情況比較穩定。準媽媽接受治療也比較方便。
- 3 平躺做檢查時，可用毛巾或墊子置於孕婦右腰，以減少腰部受壓，更加舒適。
- 4 孕婦如需要進行X光檢查，必須穿上鉛製保護衣，避免X光影響胎兒。

最後，雷醫生提醒孕婦早晚一定要刷牙，確保牙齒清潔。另外，雷醫生建議孕婦在進食後不應立即刷牙，與害喜嘔吐後一樣需至少等待半小時才刷牙，但期間可以漱口水清潔口腔，亦可以選擇用牙線、牙簽、牙縫刷等，確保牙縫沒有食物殘渣滋生細菌，引發牙齒問題。

三年前因懷孕而牙肉嚴重腫

小心刷牙 確保潔淨

程序，亦不應因為任何原因而對修補牙齒遲疑，反而更應該主動見牙醫確保沒有牙齒問題。



雷威鴻醫生說，正因為孕婦是牙周病高危族，故更要注意口腔衛生，有牙患時應盡快求醫。

▶ 牙線亦是清潔牙縫不可缺少的工具。



▲ 孕婦可咀嚼香口珠或香口膠刺激唾液分泌，中和口腔內嘔吐後的酸性。

脹的李太，經雷醫生檢查後找出問題根源，進行適切的牙齒治療，之後教導李太如何解決牙刷刺激舌頭引發反胃問題。

「雷醫生說，並不是每位孕婦都有這種情況，但我是其中一人。他教我刷牙時如何盡量不讓牙刷碰到舌頭，如碰到，引發作悶感，就暫時停止刷牙，先深呼吸，然後才繼續刷，慢慢刷，總之一定要確保牙齒內外側及牙縫位置都要徹底清潔。」李太說。

依足指示後，李太的牙患解決，到女兒出生後，李太特地再約見雷醫生檢查，確保牙齒健康。康。

認識牙周病

牙周病是牙齒周圍組織的疾病。如果牙齦邊緣不斷積聚牙菌膜，牙菌膜的細菌會分泌毒素，引致牙周組織發炎，形成牙周病。

婦女在懷孕期間，因為荷爾蒙分泌有所改變，會較容易有牙周病。特別是孕婦沒徹底清潔口腔，孕婦的牙齦就容易對牙菌膜中的細菌所分泌的毒素產生過敏反應，變得紅腫和容易出血，這現象稱為「妊娠期牙齦炎」。

