

# ความเชื่อที่ผิดๆเกี่ยวกับสุขภาพช่องปากขณะตั้งครรภ์

## 1. จริงหรือ?

มีลูก 1 คน เสียฟัน 1 ซี่

ความเชื่อที่ว่าลูกในครรภ์

จะดึงแคลเซียมจากฟันไปทำให้

ฟันผุ และต้องเสียฟันไปเมื่อตั้งครรภ์นั้น เป็น

ความเข้าใจที่ไม่ถูกต้อง

ที่จริงแล้ว → คุณแม่ที่แพ้ท้อง คลื่นไส้

อาเจียนจะมีน้ำย่อยจากกระเพาะซึ่งเป็นกรด

ออกมากัดกร่อนผิวฟัน ร่วมกับคราบเศษ

อาหารและแบคทีเรียที่สะสมมากขึ้นบนผิว

ฟัน จึงทำให้เป็นโรคเหงือกอักเสบและยัง

ทำให้ฟันผุง่ายขึ้นตามไปด้วย

## 2. กำไรม...?

เมื่อตั้งครรภ์จึงมีโอกาสเป็น

โรคเหงือกอักเสบมากขึ้น

คุณแม่ที่ตั้งครรภ์จะมีการเปลี่ยนแปลง

ของฮอร์โมนในร่างกาย มีผลทำให้หลอดเลือด



ขยายตัว และมีการคั่งของเลือดบริเวณเหงือก  
อีกทั้งคุณแม่ มีอาการแพ้ท้อง คลื่นไส้ อาเจียน  
รวมถึงการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ในร่างกาย ทำให้

คุณแม่ใส่ใจต่อ

สุขภาพช่องปาก

ลดลง มีเศษ

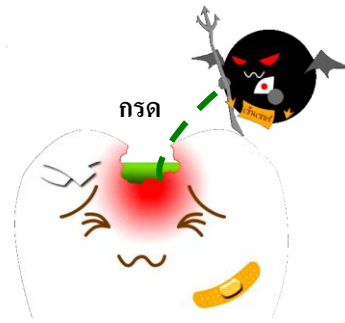
อาหารสะสม

ก่อให้เกิดคราบ

แบคทีเรียซึ่งจะ

ปล่อยสารพิษ ทำให้เหงือกอักเสบ

เลือดออกง่ายรุนแรงเพิ่มขึ้น



## 3. จริงหรือ?

ขณะตั้งครรภ์ไม่ควรทำฟัน

เพราะจะทำให้แท้ง

ความเชื่อที่ว่าขณะตั้งครรภ์ไม่

ควรทำฟัน เพราะจะทำให้แท้ง เป็น

ความเข้าใจที่ไม่ถูกต้อง



ความจริงคือ → หญิง ตั้ง ครรภ์

สามารถทำฟันได้ โดยช่วงที่เหมาะสมและ

ปลอดภัยที่สุดสำหรับการ

ทำฟันคือเมื่ออายุครรภ์

ได้ 4-6 เดือน

## 4. กำไรม...?

ต้องทำฟันในช่วง 4-6 เดือน

ทำฟันช่วงอายุครรภ์อื่นไม่ได้หรือ

คำตอบก็คือ ช่วง 1-3 เดือนแรกไม่

เหมาะสม เพราะเป็นช่วงที่หญิงมีครรภ์มักมี

จิตใจและอารมณ์ไม่ปกติ หงุดหงิดง่าย อาจมี

การแพ้ท้อง คลื่นไส้ อาเจียน ทำฟันอยู่อาจ

อาเจียนออกมาได้

ส่วนช่วง 7-9 เดือนหลัง เป็นช่วงที่ต้องแก่

การนั่งหรือนอนบนเก้าอี้ทำฟันนานๆ อาจทำ

ให้อึดอัด จึงเป็นอีกช่วงที่ไม่เหมาะกับการทำ

ฟัน



# การรักษาสุขภาพในช่องปากระหว่างการตั้งครรภ์

1. ถ้ารู้สึกคลื่นไส้ระหว่างแปรงฟัน ควรเลือกใช้ยาสีฟันที่มีรสชาติเข้มข้นเพิ่มขึ้น จะช่วยลดอาการคลื่นไส้ลงได้บ้าง



2. หลังอาการคลื่นไส้ อาเจียน หรือการ



รับประทานอาหารมึนย่อย ควรบ้วนปากหลายๆครั้ง เพื่อลดคราบเศษอาหารและน้ำย่อยจากกระเพาะอาหาร

3. ควรให้ทันตแพทย์

ซูดหินปูนและรักษาฟันตั้งแต่เริ่มตั้งครรภ์ เพื่อป้องกันปัญหาเหงือกและฟันที่

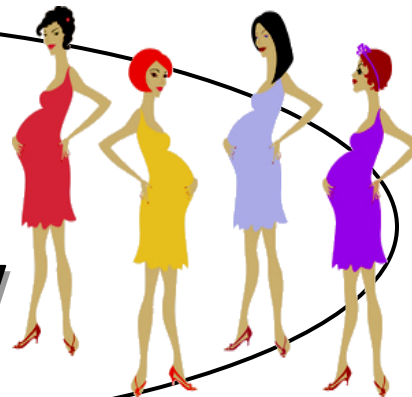


อาจเกิดขึ้นในช่วงท้ายของการตั้งครรภ์

4. คุณแม่ที่กลัวการทำฟันหรือจำเป็นต้องได้รับการรักษาฟันที่มีขั้นตอนมากขึ้น เช่น การถอนฟัน ควรเลือกรักษาในช่วง อายุครรภ์ 4-6 เดือน เพราะอาการแพ้ท้องจะทุเลาลงแล้ว และครรภ์ยังไม่ใหญ่มาก



**เมื่อคุณแม่มีสุขภาพช่องปากดี ลูกก็จะมีสุขภาพช่องปากดีด้วย**



## การดูแลสุขภาพปาก



## สำหรับหญิงตั้งครรภ์



เรียบเรียงโดย..งานทันตกรรม รพ.เมืองสีแคว

โทร. 056 - 219804

จัดทำโดย .. กลุ่มงานสุขศึกษา ต่อ 5200, 9801

รพ. สวรรค์ประชารักษ์ จ.นครสวรรค์

โทร. 056 - 219888