

2023年3月1日

＜サンスター 女性の健康と口腔に関する調査＞ 出産経験者の約4割が 「むし歯治療・歯周病予防」を妊娠前から実施せずに後悔

サンスターグループ(以下サンスター)は、「女性の健康週間」(3月1日～3月8日)に合わせて、全国の女性1,309名を対象に「女性の健康と口腔に関する調査」を行いました。

今回の調査では、女性のホルモンの影響で歯周病やむし歯になるリスクが高まる妊娠期・妊娠前後のオーラルケア行動についてアンケートを実施し、結果をまとめました。本調査から、妊娠期・妊娠前で約4割の方が「むし歯治療・歯周病予防」を実施しなかったことを後悔していることが分かりました。母子の健康を維持するためにも、妊娠前から日々のオーラルケアでのプラーク(歯垢)コントロールに加え、定期的な歯科健診の受診、必要に応じてむし歯、歯周病の早期治療などの口腔ケアを行い、口腔内の健康を維持することが大切です。

＜調査概要＞

対象エリア : 全国

対象者 : 20～50代の女性 1,309人

※妊娠中・出産経験のある女性 668人、出産経験のない女性 641人

調査期間 : 2023年1月31日～2023年2月2日

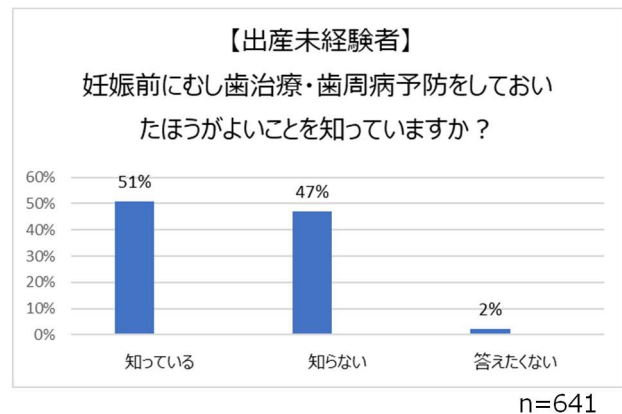
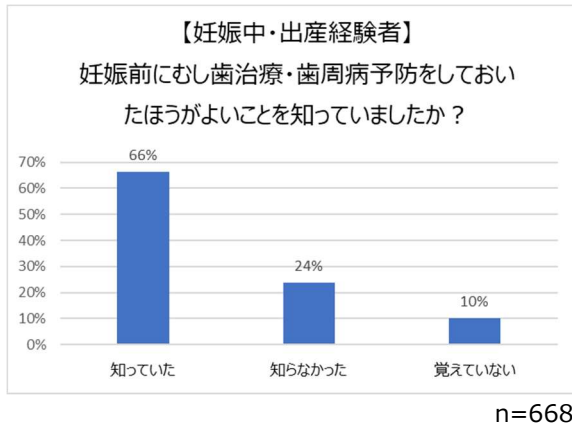
方法 : インターネット調査

【調査サマリー】

- ① 妊娠前から「むし歯予防・歯周病予防」をした方が良いことを知っていた方は約7割(66%)
- ② 妊娠前から「むし歯予防・歯周病予防」をした方は約5割(51%)
- ③ 「妊娠により歯肉炎(歯周病)になりやすい」ことを知らない方は約6割(63%)
- ④ 妊娠前から「むし歯予防・歯周病予防」をせずに後悔をした方は約4割(37%)
- ⑤ つわりでの困りごととしては、「食事」、「睡眠不足」に次いで「歯みがき」
- ⑥ 妊娠中・出産後に約4割(43%)の方が口腔状態に変化
- ⑦ 妊娠中・出産経験のある女性のうち、「20代までには歯周病ケアを始めるべき」と回答した方は7割(70%)

【調査結果】

- ① 妊娠中・出産経験のある人で妊娠前から「むし歯予防・歯周病予防」をしたほうが良いことを知っていた方は約7割(66%)、対して、出産経験のない人で、知っていた方は5割(51%)にとどまり、妊娠・出産がきっかけとなり、事前の歯科健診受診等の予防の重要性の大切さを知る方が多くいることが分かった。

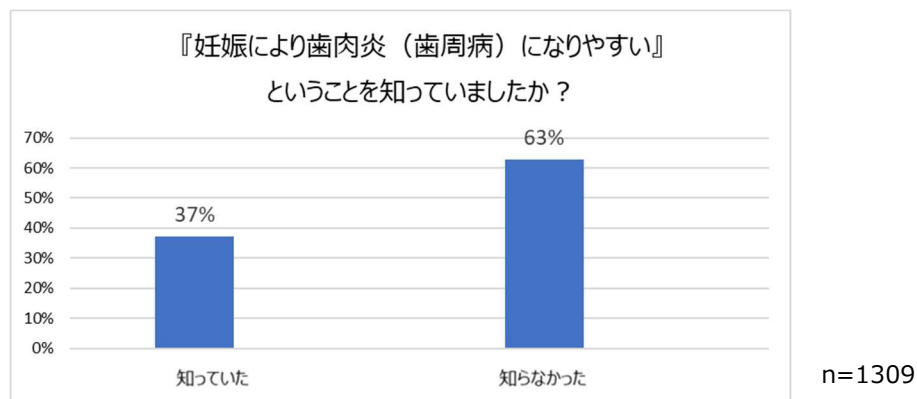


- ② 妊娠中・出産経験のある女性で、妊娠前から「むし歯予防・歯周病予防」をした方は約5割(49%)と、半数近くの方は予防していなかった。

妊娠前からの「むし歯予防・歯周病予防」が大切だと多くの方が認識していますが、「妊娠前に歯科健診など、むし歯治療・歯周病予防をしましたか？」という質問へは、「いいえ」と約5割の方が回答し、半数近くの方は予防をしていなかったことが分かりました。

- ③ 「妊娠により歯肉炎(歯周病)になりやすい」ことを知らない方は約6割(63%)と、リスクの認知率はまだ低い結果に。

半数近くの方がむし歯・歯周病予防が重要だと理解しているにもかかわらず、予防していなかったこと理由の一つとして、つわりや、女性のホルモンの影響で歯周病やむし歯になるリスクが高まる妊娠期・妊娠前後のオーラルケアの重要性に関する認知率がまだ低いことが考えられます。

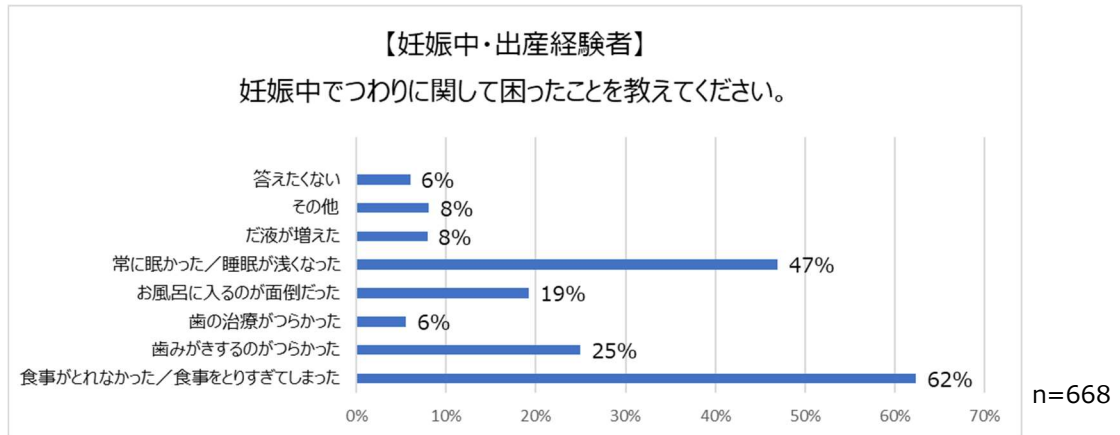


- ④ 妊娠前から「むし歯予防・歯周病予防」をせずに後悔をした方は約4割(37%)、口腔環境の変化を感じた人では2人に1人(55%)が後悔。妊娠期にむし歯や歯周病で苦労した経験がある方も。

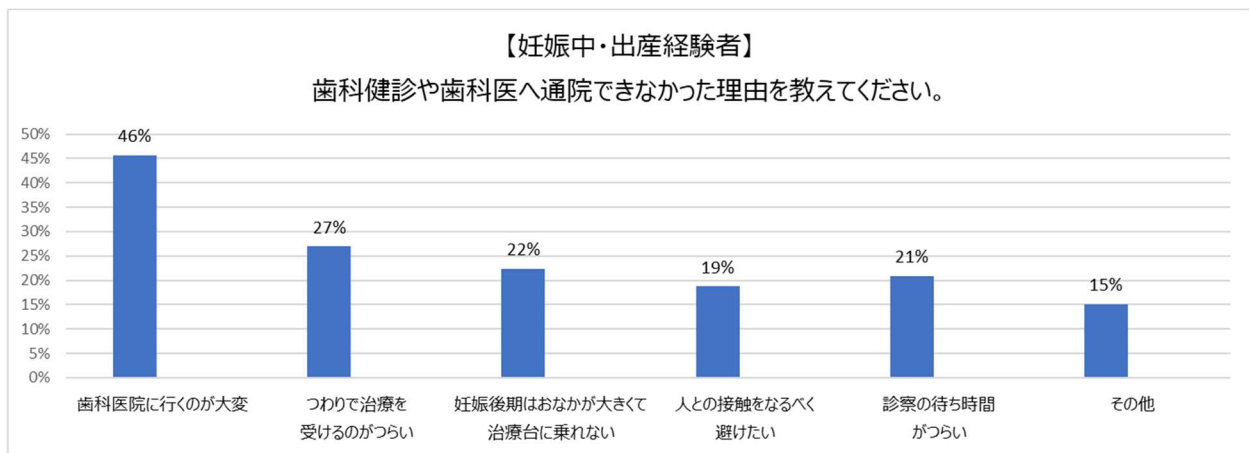
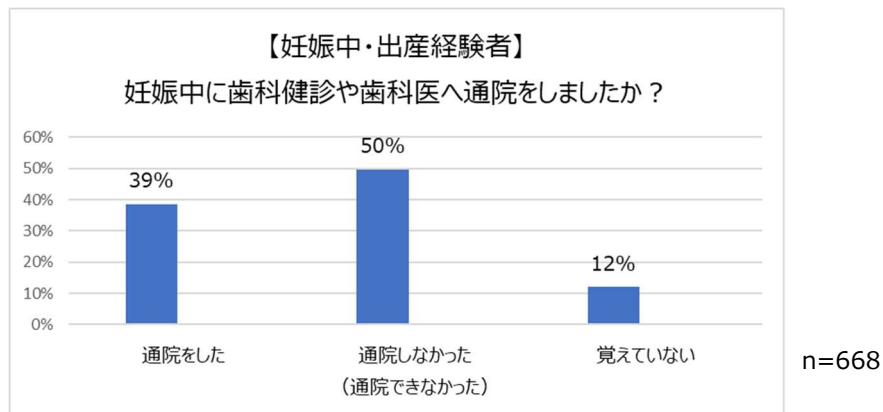
約4割の方が妊娠前からむし歯治療・歯周病予防などをしなかったことを「とても後悔している」または「後悔している」と回答。また、妊娠によって口腔状態の変化を感じている・感じていた人に絞ると、55%と半数以上の方が後悔していることがわかりました。妊娠期にむし歯や歯周病で苦労した方が多いことがうかがえます。

⑤ 妊娠中のつわりでの困りごととして「食事」、「睡眠不足」に次いで「歯みがき」という結果に。また、妊娠中に歯科健診や歯科医に通院しなかった(通院できなかった)は5割(50%)と、妊娠中のオーラルケアに課題を抱えていた方が多いことが分かった。

「妊娠中でつわりに関して困ったことを教えてください」という質問に対し、「食事がとれなかった/食事をとりすぎてしまった」、「常に眠かった/睡眠が浅くなった」に次いで「歯みがきをするのがつらかった」と回答した人が多い結果に。

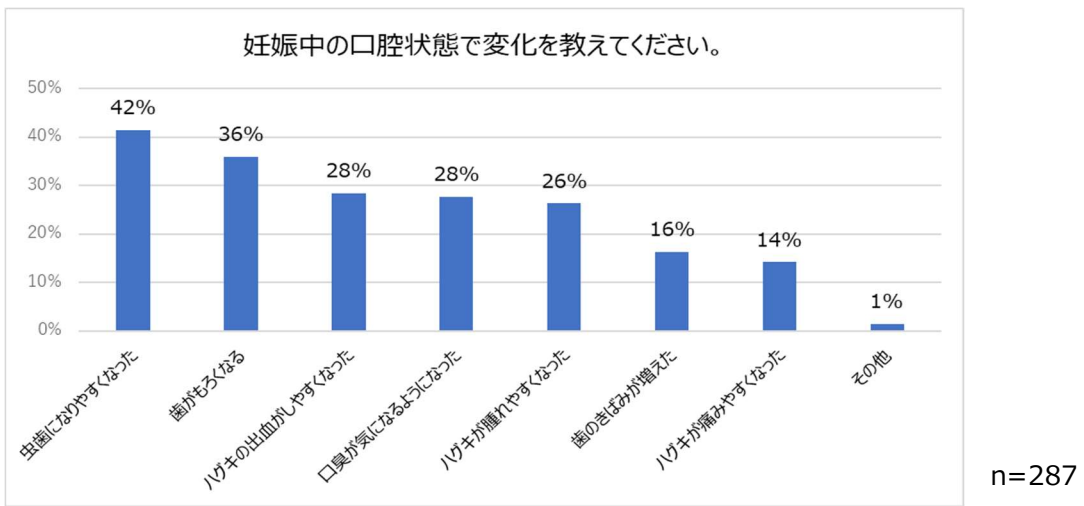
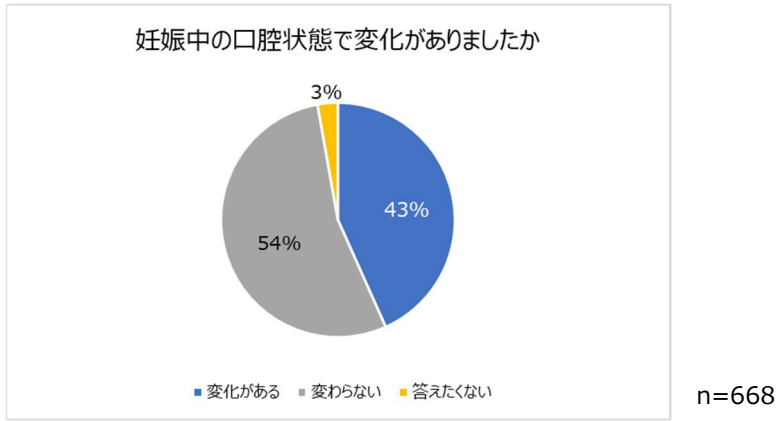


また、妊娠中の歯科健診や歯科医への通院は、約5割の方が「通院しなかった(できなかった)」と回答。その要因として、「歯科医院に行くのが大変」や「つわりで治療を受けるのがつらい」、「妊娠後期はおなかが大きくて治療台に乗れない」など、妊娠中のオーラルケアにおいて様々な課題を抱えていた方が多いことが分かりました。



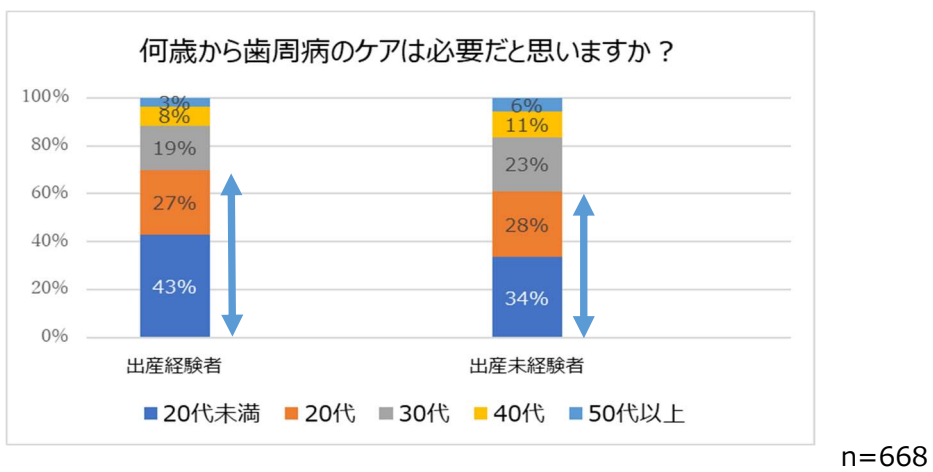
⑥ 妊娠中・出産後に約4割(43%)の方が口腔状態に変化を感じており、特に「むし歯になりやすくなった」が多く、次いで「歯がもろくなる」「ハゲキの出血がしやすくなった」「口臭が気になる」といった症状が多い結果に。

つわりなどで口腔ケアが不十分になると、むし歯や口臭などの悩みが増えます。また、エストロゲンという女性ホルモンの分泌が増えることで、歯周病の原因菌が増加しやすくなります。妊娠前からの日常的なむし歯予防・歯周病予防に加えて、歯科健診を受けることや、つわりが辛い時でもできるオーラルケアをすることが大切だと言えます。



⑦ 妊娠中・出産経験のある女性のうち、「20代までには歯周病ケアを始めるべき」と回答した方は7割(70%)。

出産・妊娠をすることで口腔状態の変化を感じ、早期からのオーラルケア意識や重要性、歯を健康に保ちたいという意識が高まる傾向があることが分かりました。



妊娠中はつわりなどの影響により口腔環境が悪化することで、むし歯、歯周病リスクが高まります。特に歯周病は、エストロゲンという女性ホルモンの分泌が増えることで、歯周病の原因菌が増加しやすくなるため、注意が必要です。また、妊娠前からかかりつけの歯科健診を受診することや、日々のオーラルケアによるプラークコントロールを通じて「むし歯予防・歯周病予防」をしていただくことが大切です。

毎日習慣として行う歯みがきなどのオーラルケアは、お口の健康を守り、そして全身の健康を守ることにもつながっています。サンスターは今後も、お口の健康を守る適切な情報を積極的に発信してまいります。

■ 参考情報 ■ 妊娠中におすすめのオーラルケア

妊娠中は体調を見ながら丁寧なオーラルケアをすることで口腔内の環境を整えることが大切です。

- ハブラシ選び：つわりの時は特にハブラシのヘッドがコンパクトで奥歯まで磨きやすいものをおすすめです。
- 歯間清掃具：フロスやゴムタイプ・ワイヤータイプの歯間ブラシ、ご自身の歯と歯の間に合った使いやすいものを選んでください。
- タフトブラシ：ブラッシングで奥歯の届きにくいところもみがいて、みがき残しがないように十分注意しましょう。
- 洗口液：殺菌効果に加え、口の中をすっきりさせるのにもおすすめです。

【サンスターグループについて】

サンスターグループは、持株会社サンスターSA(スイス・エトワ)を中心に、オーラルケア、健康食品、化粧品など消費者向けの製品・サービスをグローバルに統括するサンスター・スイスSA(スイス)と、自動車や建築向けの接着剤・シーリング材、オートバイや自動車向け金属加工部品などの産業向け製品・サービスをグローバルに統括するサンスター・シンガポール Pte.Ltd.(シンガポール)を中核会社とする企業グループです。

100年 mouth 100年 health

人生100年時代、サンスターが目指すのは、お口の健康を起点とした、全身の健康と豊かな人生。毎日習慣として行う歯みがきなどのオーラルケアは、お口の健康を守り、そして全身の健康を守ることにもつながっています。100年食べ、100年しゃべり、笑う。一人ひとり、自分らしく輝いた人生、豊かな人生を送るためにも、お口のケアを大切にしたいと考えています。今後もお口の健康を起点としながら全身の健康に寄与する情報・サービス・製品をお届けすることで、人々の健康寿命の延伸に寄与することを目指していきます。

