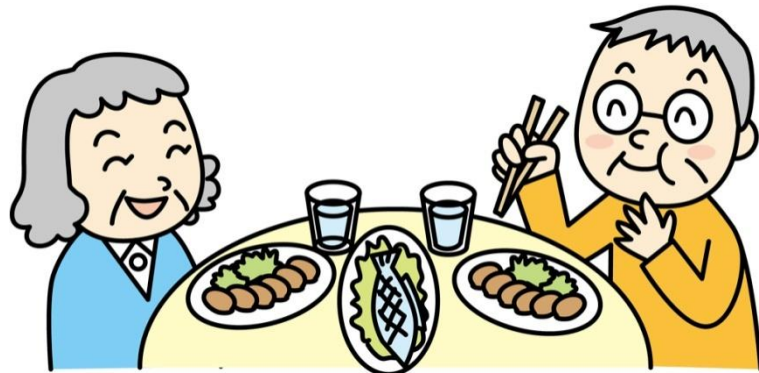


口は健康のもと Vol.203

超高齢化の口元への影響

「8020運動」という言葉を見聞きされたことがある方は少なくないと思います。厚生労働省と日本歯科医師会が推進している運動で、「80歳で20本以上の歯を保つ」ことを目的としています。20本以上の歯によって、口からしっかりとした食事をするのが可能となり、ひいては全身の健康維持、衰えの予防を期待しているものです。この運動が始まる直前の昭和62年には一人平均の現存歯数は4本、8020達成率は7%でした。その後、この運動とその意味するところが徐々に知れ渡り、8020達成率は平成5年には10%を超え、平成20年には25%と上昇し、平成28年には50%を達成しています。これは、歯科医院での治療のみでは実現することが難しいことと考えられます。また、80歳になってから、急に心がけても実現できるものではありません。上記したように、自分の歯で食事をする事の大切さ、意義深さを、あらゆる年代の方々が認識し、日々努力を続けていただいていることで結実したものと考えられます。このような変化によるさまざまな影響について、次回以降、解説を加えます。

(次回に続く)



奥羽大学歯学部附属病院

総合歯科 教授 関根 秀志

