

口は健康のもと Vol.204

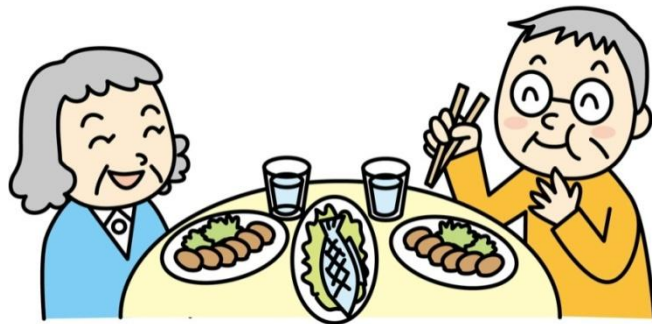
口のはたらきの全身への影響

厚生労働省が国民の健康の増進の総合的な推進を目的として「健康日本21」を掲げています。新たな視点として「健康寿命」に着目し、平均寿命の延びを上回るペースで健康寿命を延ばすことを目標としています。「一生のうちで外出や家事などの日常生活を支障なくおくれる期間」のことを「健康寿命」としています。平成22年のデータでは、健康寿命は男性70歳、女性73歳であり、平均寿命との差の男性9年間、女性13年間には寝たきりになったり、治療・介護が必要な時期があることが指摘されています。このような時期を短くして、平均寿命と健康寿命の差を縮めることが、元気な高齢者の増加、高齢者福祉費の抑制につながると考えられています。この「日常生活に制限のある期間」は2010年から2016年に懸けておよそ半年間短くなっていることも報告されています。

一方、厚生労働省老人保健健康増進等事業の一環で、自立した高齢者1030名を対象とした8年間の生存分析が行われました。そこでは「噛み合わせが安定あるいは不安定」な方々のグループと比較して「噛み合わせがない」グループで生存率が低かったこと、「噛み合わせがない」方々の中で「義歯を使用」している方々により「義歯を使用していない」方々の生存率は明らかに低かったことが併せて報告されています。

次回は、「全身の衰え」と「口のはたらきの衰え」について話しを進めます。

(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

