

口は健康のもと Vol.206

オーラルフレイルとは

オーラルフレイルとは、お口の機能の虚弱を意味します。具体的には、滑舌の低下、わずかのむせや食べこぼし、噛めない食品の増加が挙げられます。オーラルフレイルが進行すると、口腔機能低下症という、噛んだり飲み込んだりする機能が低下した状態となります。口腔機能低下症は一般の歯科診療所での対応が可能です。さらにお口の機能が低下すると、口腔機能障害という病的な状態となり、噛んだり飲み込んだりする機能について、歯科の中でも専門的な対応が必要となってきます。

お口の機能の低下は、食欲の低下や低栄養を招き、全身へも影響を及ぼします。鈴木隆雄先生（桜美林大学）の研究によると、社会性や心のフレイルからはじまり、続いてオーラルフレイルとなってから身体面のフレイルへと進みます。田中友規先生（東京大学）らの研究によると、オーラルフレイルの人では、身体的フレイルとなる危険性が2.4倍、筋肉減少症と呼ばれるサルコペニアとなる危険性が2.1倍、要介護認定となる危険性が2.4倍、総死亡の危険性が2.1倍高くなるというデータが出ています。

オーラルフレイルの予防は、全身的なフレイル予防にもつながります。次回はオーラルフレイルの評価について説明していきます。



奥羽大学歯学部附属病院

地域医療支援歯科 准教授 鈴木 史彦

