

よく噛める人は、要介護や死亡になりにくく、健康で長寿になる

<研究方法>

愛知県の25市町村で2003年に、健康な65歳以上の高齢者を対象に、アンケート調査を行った。その後3年間の死亡または要介護認定の状況のデータを得た。

<研究結果>

2003年の調査で回答を得た11956名の内、1636名(13.7%)の要介護の申請または死亡の発生が観察された。2003年の時点での口腔機能は、「どんなものでも食べたいものが噛んで食べられる」が42.4%、「たいていのものは食べられる」が48.0%、「あまり噛めない、食べ物がかぎられている、ほとんど噛めない、全く噛みず流動食を食べている」が7.3%、無回答が2.4%であった。性・年齢を考慮した上で、「どんなものでも食べたいものが噛んで食べられる」に比べて、「噛めない」者で有意に要介護の申請または死亡の発生のリスクが1.8倍有意に高かった(図1)。性・年齢に加えてその他の要因を考慮した上で、「どんなものでも食べたいものが噛んで食べられる」に比べて、「噛めない」者で有意に要介護の申請または死亡の発生のリスクが1.2倍有意に高かった(図2)。

図1.口腔機能の生存曲線(性・年齢調整)

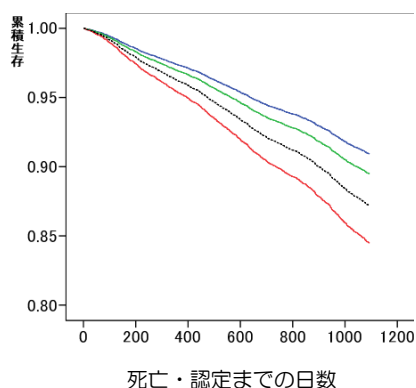
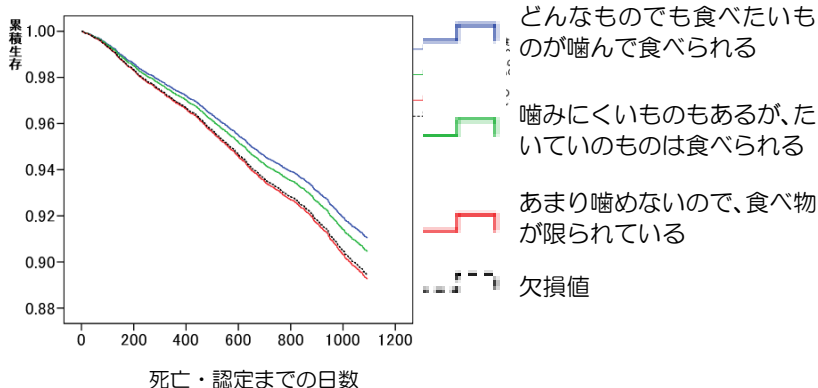


図2.口腔機能の生存曲線(全変数調整)



<研究の意義>

口の健康が良い者は、要介護状態や死亡となりにくいことが示された。歯の本数や歯科疾患ではなく、主観的な口の健康状態でこうした関連が認められた事は、口の持つ健康への影響力を示唆するものである。歯科健診を受けなくても、噛みにくいと感じる高齢者は歯科医院での精査と必要な治療を受けることが長寿につながるであろう。

学会発表：Jun Aida, Miyo Nakade, Tomoya Hanibuchi, Hiroshi Hirai, Ken Osaka, Katsunori Kondo, Impact of oral health status on healthy life expectancy in community-dwelling population-The AGES Project cohort study, The 3rd International Symposium for Interface Oral Health Science. Sendai, Japan, January 16, 2009.

学会発表：相田潤, 中出美代, 埴淵知哉, 平井寛, 近藤克則. 口腔機能は健康寿命に影響を与えるか: AGES プロジェクト、コホート調査による 検討. 日本公衆衛生学会総会抄録集.67 回 Page (2008.10)

連絡先：相田潤 (東北大学大学院 歯学研究科 国際歯科保健学分野)

〒980-8575 宮城県仙台市青葉区星陵町4番1号 Phone: 022-717-7639 Fax: 022-717-7644
e-mail: aidajun@mail.tains.tohoku.ac.jp