

7

高齢者の well-being な生活を目指した 口からの健康支援システム

研究テーマ：高齢者の well-being な（健康で生き生きした）生活を目指した口からの健康支援システム構築のための実態調査

¹⁾ NPO 法人ウェルビーイング、²⁾ 福岡歯科大学口腔保健学講座
中村譲治¹⁾、松岡奈保子¹⁾、川上 誠¹⁾、藤田孝一¹⁾
沼口千佳¹⁾、山本和宏¹⁾、岩井 梢¹⁾、筒井昭仁^{1, 2)}

高齢者の口腔の健康および well-being（生き生きとした生活）と定期来院を含む歯科受診との関係を明らかにし、well-being な暮らしを支援するシステムを検討しました。その結果、歯科定期健診は口腔の健康だけでなく、食生活や生活そのものの充実に影響を与えているため、高齢者が歯科医院に定期的に通えるシステムが必要なことがわかりました。

1. はじめに

我が国では、高齢者の大半は欠損歯を有しているものの健常であり、多くが一定レベルのQOLを維持し日常を過ごしていると考えられます。しかし、日常的に歯科診療所を訪れる高齢者が、将来にわたって well-being に生活していくための歯科医療機関の役割については、現在明確なプログラムは示されていません。

私たちは健常な高齢者を歯科領域から支援する際、口腔内だけに注目するのではなく生活に着目することが必要であると考え、well-being 尺度を含めた質問紙を独自に開発し調査しました。あわせて定期健診目的で来院している高齢者に聞き取り調査を実施し、興味ある知見を得たので報告します。

2. 方法

1) 歯科医院での調査

2008年3月に福岡県内の19歯科医院に来院し、同意を得られた248名を対象に質問紙調査を実施しました。さらに対象者の中で歯科医院に健康診断のために定期的に来院している106名に、「何故定期的に来院していただいているのか」を聞くインタビュー調査を実施しました。

2) 地域での調査

2008年3月、本研究の趣旨に同意を得られた山口県、福岡県内に在住の40歳以上の男女241名を対象に研究1と同じ質問紙による調査を実施しました。

3. 研究結果

対象者の年齢は65.7 ± 9.1歳、性別の内訳は男性

38.2%、女性61.8%でした。

20本以上歯を有する人の割合は、年齢が上がるに従って少なくなっていました ($p < 0.0001$)。最近1か月の主観的な健康状態は「非常に健康」「まあまあ健康」と回答した人の割合は、60歳代から80歳代にかけて少なくなっていました ($p = 0.0101$)。しかし、ウェルビーイング度 (WHOのwell-being尺度) は、70歳代までは、加齢と比例して上昇していました ($p = 0.0033$) (図1)。

最近1か月の口腔の個別の困りごとは、「歯グキの病気 (腫れ、出血) がありそうである」(31.4%) という歯周病の自覚症状を示す項目が最も高く、次いで痛いところがあった (25.6%)、食べものがひっかかる (19.5%) という結果でした。

定健群と治療群の生活全般の比較では、外出頻度が定健群で高く ($p = 0.0253$)、趣味や生き甲斐のある人も定健群で多く ($p = 0.0437$)、ウェルビーイング度は、定健群が治療群と比べて良好でした ($p = 0.0015$) (図2)。

次に、歯科医院来院者を定健群と治療群、さらに地域の対象者を定期通院者群と不定期通院者群の4群に分けて、比較しました。

現在歯数20本以上持つ者の割合は定健群64.8%、不定期通院群57.2%、定期通院群55.7%、治療群38.6%で差がみられました ($p = 0.001$) (図3)。かたいものをかめる割合は、定健群と定期通院群で高く、治療群、不定期通院群で低いという結果が出ました ($p < 0.0001$)。また、「食べることの不自由がある」については、治療群で高く、不定期通院群、定期通院群、定健群の順で低くなっていました ($p < 0.0001$)。おいしく食べることができるについても、定健群、定期通院群が、治療群、不定期通院群と比べて高くなっていました ($p = 0.0443$)。

なお、地域ではかかりつけの歯科医院は持っていると答えた者は多かった (74.3%) が、定期受診している者は少ない (30%) という結果でした。

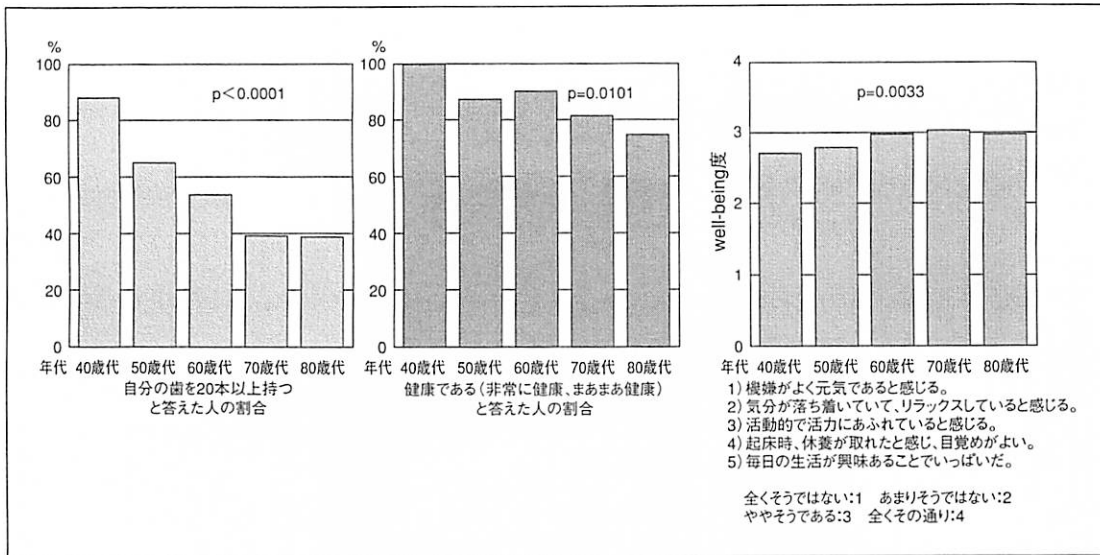


図1 年代と歯の本数、健康度、ウェルビーイング度

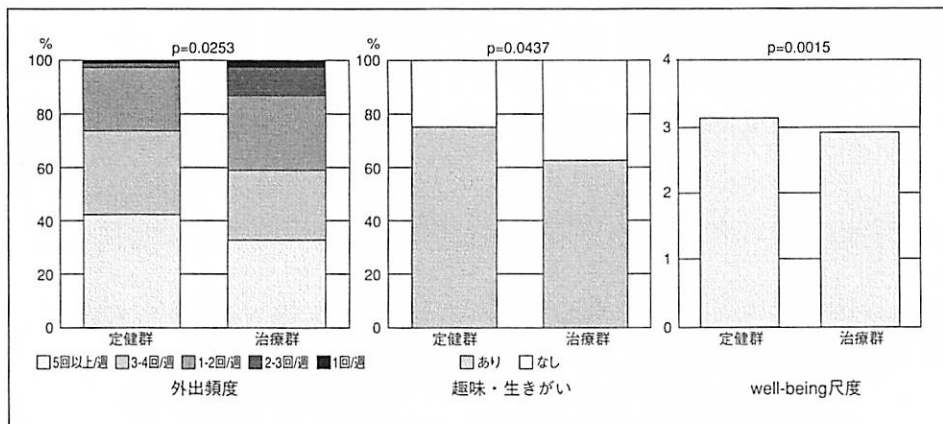


図2 歯科医院調査における定健群と治療群の外出頻度、趣味・生きがい、well-being度

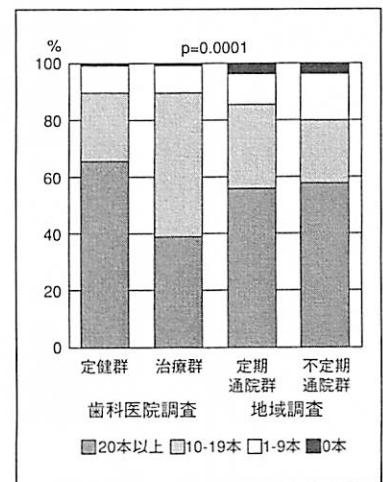


図3 現在歯数

インタビュー結果からは、定期健診受診者は定期健診の処置に満足しており、これまでの病気の経験、治療の体験から早期発見・早期治療にも定期健診の意義を実感していることが明らかになりました。

4. 考察

口腔内の困りごとに関しては、歯周病の自覚症状に関する項目が最も高く、歯周病の予防管理は重要が示唆されました。

20本以上の歯を有する人の割合は既存の調査¹⁾の結果と同様に、年齢とともに減少傾向にありました。また、主観的健康感も年齢とともに低下する傾向にあり、口腔内の健康と全身の健康の関連性が示唆されました。しかし、ウェルビーイング度は70歳代までは歯の本数や主観的健康感に関わりなく良好になり、80歳代で低下する傾向が認められました。

今回の調査の結果より、定期健診受診者は口腔内が良好な状態が保たれ、豊かな食生活に結びついていることが示唆されました。また、定期健診の受診がウェルビーイング

度や生活充実に関連していると考えられました。インタビュー調査からは定期健診受診者はその意義を実感していることが明らかになりました。

以上のように高齢者のwell-beingな生活を目指すためには、歯周病の予防管理に力を入れ、口腔内だけでなく全身の健康にも目を向けたサポートが必要であることが示唆されました。また、定期健診の効果は口腔内を良好に保ち豊かな食生活につながるだけでなく、well-beingや生活充実へのつながる可能性を秘めていました。しかし、地域での定期健診の受診者は少ない状況でした。今後は、地域の高齢者が定期健診に通えるシステムを作る必要があると考えられました。

参考文献

- 1) 花田信弘, 安藤雄一, 佐々木好幸, 米満正美, 竹原直道ほか: 高齢者の口腔および全身の健康状態に関する疫学調査—その2: 全身健康状態の評価と口腔健康状態との関連—, 日本口腔衛生学会, 49: 726-727, 1999.