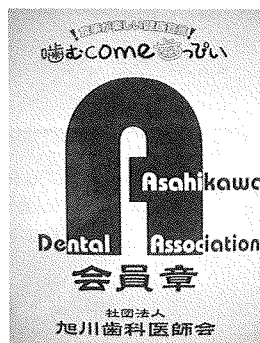


旭川歯科医師会便り

Vol.49

事務局／旭川市金星町1丁目1-52 道北口腔保健センター内
☎(0166)22-2361

<http://www.ahmic21.ne.jp/kyokushi>



●●● 自前の歯と正しい入れ歯で積極的な生活とぼけ防止 ●●●

入れ歯を入れたらぼけが防げ、噛むことにより身体活動が向上するという研究が進んでいる。長崎大学の前教授新庄らは、兵庫県の老人クラブで高齢者の生活と健康状態についての調査したところ、歯も入れ歯もない人でどこへでも出かけられると答えたのは35%しかいなかったが、入れ歯を使用している人では、60～70%もいた。入れ歯が、昨今では、脳の機能、身体のバランス、さらには生活のリズムにつながると考えられている。

また東京医科歯科大学早田教授は、「身体のバランスをコントロールする機能の低下は、転倒しやすくなり、これが骨折、そして寝たきりへとつながる。これに対して、新しい入れ歯で噛み合わせが正しく修復された患者さんのなかには、身体のバランスが回復したためか、今まで手放せなかった杖や膝のサポーターがいらなくなり、歩行の状態までもが改善され、驚かされることもある」と紹介している。

健康な高齢者はアルツハイマー病高齢者の3倍の残存歯

名古屋大学の上田教授らの研究グループは、153名（平均年齢79歳）をサンプルとして、残っている歯の数と脳の萎縮程度、入れ歯の使用状況を調べた。

調査の結果、残っている歯の平均は、健康な高齢者で9本、脳血管性認知症患者で6本、アルツハイマー型認知症患者で3本と、アルツハイマー病の高齢者が多く歯を喪失していた。さらに、頭部のCT（コンピューター断層撮影）画像によると、アルツハイマー病患者では、残っている歯の数が少ないほど脳の萎縮が進んでいることが判った。歯の喪失がアルツハイマー病の原因のひとつとみている。

咀嚼しているとき、脳の広い領域が活性化されることが確かめられ、噛むという行為によって、脳が刺激されることが示唆された。歯がなくなったら入れ歯を入れて、とにかくよく噛むことがぼけの予防につながると考察している。地域全体で歯を抜く原因のむし歯と歯周病の予防に力を入れ自前の歯を残したいものだ。

歯周病ケア普及歯科健診のお知らせ

～生涯おいしく食べるために、歯周病ケアをはじめましょう～

- 対象者** 満40、50、60、70歳の旭川市民で、職場等で歯科健診を受ける機会のない方。ただし、治療中の方は対象としません。
- 内容** 歯周病の検査、結果票の説明と交付、歯周病の予防・改善のための保健指導
- 料金** 500円（自己負担免除の対象は、旭川市がん検診及びミニドックと同様です。）
- 受診場所** 歯科医師会に加盟する多くの歯科医院で実施しています。（詳細：下記）
- 受診方法** 希望する医療機関にあらかじめ電話で「歯周病ケア普及歯科健診」を受けたい旨を伝え、時間等を確認しご予約下さい。受診時は、健康保険証などの住所、氏名、生年月日がわかるもの、料金が免除になる方はその証明書を持参下さい。
- ◎受診場所及び自己負担免除の詳細は市役所・支所等にある本事業PRチラシをご覧ください。
か、旭川市保健所健康推進課健康推進係（☎26-1111内線2952）までお問合せ下さい。