

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>

象が入れ歯を入れることができたら長生きできるのだが

去る11月11日開催された旭山動物園小菅園長による「動物は歯が命」という題名の歯科医師会主催の講演会には、二百人を越える皆さんに聴講をいただき感謝いたします。

その話の中に、象は大きな臼歯が上下に一本ずつあり、それが磨り減ると次の歯が出てきて、一生で5度交換し、交換する歯が無くなったら必要な栄養が取れなくなり命を失うという話がありました。象だけでなく、全ての動物や人間にとって歯は生き抜くのにかけがえの無い大切なものということが良く分かる貴重な沢山のスライドによる講演でした。

もし、象が入れ歯を入れることができたら長生きできるのだがと誰もが思ったでしょう。

健康な高齢者は、アルツハイマー病高齢者の3倍歯が残存

さて、名古屋大学の石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ました。

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（痴呆）患者で6本、アルツハイマー型認知症（痴呆）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ました。脳の萎縮程度にも明らかな違いがありました。

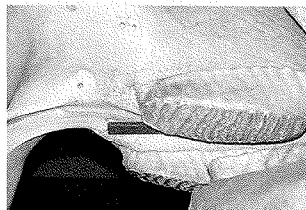
入れ歯で積極人間に

また、長崎大学の石田教授らは、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%でしたが、入れ歯を使用している人では、60～70%もいました。入れ歯が、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昨今では考えられています。

正しい噛み合わせで全身活動が回復・よく噛むことがほけ防止

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ったり、歩行の状態までもが改善される人がいて、驚かされることもあると東京医科歯科大学早田教授が紹介しています。即ち、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、脳が刺激されほけ防止になることが示唆されています。

（以上日本歯科医学会編さんの岩波新書「歯の健康学」から紹介）



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。