

旭川歯科医師会だより

78

フッ化物洗口でお口の健康格差のない社会を育てましょう！

さる7月14日(木) 午後6時30分上川教育研修センター12階講堂(旭川市6条通4丁目)にて「北海道歯・口腔の健康づくり8020推進条例とは!？」将来の全身の健康づくりのための小学校における歯科保健の重要性」と題しまして北海道保健福祉部健康安全局健康づくりグループ主任技師の丹下貴司氏をお迎えしてお話を頂きました。

講演会の内容は動物の食性による歯の形態の違いか

ら始まり、前歯：犬歯：奥歯の数に合わせ野菜：肉類：穀物を食べるのが理想的配分である事、食育基本法について、食事が人生に与える影響について、生涯にわたって質の高い食生活を送るには20本以上の歯の数を保つ事が大切な事、8020(ハチマルニイマル)運動についてお話がありました。そして歯・口腔が全身の健康と関わっており「かかりつけ歯科医師があると累積生存率が高い」ことが判っている事、70歳以上の調査で「歯の本数が20本以上ある方と4本以下の方では約1・6倍の医療費の違いがある」事が判っている事が述べられました。

現在、北海道民の「お口の健康」は非常に悪い状態です。1・6歳児の虫歯の多さは47都道府県で41位、12歳児の虫歯の数は46位(ワースト2)、成人が歯を失い始める年齢は全国平均より10・15歳早いのです。このような現状を改善して行くための施策として2009年6月16日「北海道歯・口腔の健康づくり8020推進条例」が交付・施行されました。この8020推進条例は全国の地方自治体において初めて「フッ化物洗口(フッ化物を使ったブクブクがいによる虫歯予防)」の普及を明言した画期的な条例です。

いままでの虫歯予防は「歯磨き」と「食事指導」を重視していました。しかしこれらは個人の環境や技術に大きく左右されてしまい、平等な効果が得られにくい為、最近フッ化物応用に注目が集まっています。「フッ化物(フッ素)」応用はムシ歯予防法の中でも最も「科学的な裏付け(エビデンス)」が証明されている方法です。虫歯は食後に起きる「脱灰(虫歯菌の酸で歯が傷む現象)」と「再石灰化(傷んだ歯が唾液で修復される現象)」のバランスが脱灰に傾く事で発生します。フッ化物は歯の表面に作用し「脱灰に抵抗する歯」に変化させ「再石灰化を促進」し「虫歯菌の働きを邪魔」することで虫歯の穴が出来るのを予防します。

特に「フッ化物洗口」は誰でもうがいをするだけで平等に同じ効果を享受できるため学校などの集団で行うのに適しています。昨年の新聞報道によりますと、東京都のある歯科医院の調査では「虫歯による口腔崩壊」が起こっている子供の半数は経済的な理由で歯科を受診できない貧困家庭であったとの事です。心身ともに成長期にある子供にとって重度の虫歯は栄養摂取の面からも、笑って人とコミュニケーションをとる事に関しても大きなハンディキャップになります。

