

講演

口腔環境が国民の健康格差を生じさせている！ —40余年の在宅診療を振り返り、未来に託すこと—

米 山 武 義

ICDフェロー

●抄 録●

近年、出生者数は減少し続け、わが国は高齢化だけでなく少子化という深刻な人口問題に直面しています。実際のところ2023年生まれの出生数は758,631人であることが厚生労働省の人口動態統計で分かりました。これは統計を取り始めた1899年以降で最少となり、80万人を割り込みました。因みに2022年の死亡者数が158万人を超え、戦後最多でありました。このように我が国はこれまで経験したことのない超高齢社会に突入すると予想されます。実際、診療所に来院される患者さんの高齢化が確実に進んでいます。そして高齢化に伴い、多くの患者さんは複数の基礎疾患を有し多剤を服用、薬の影響によると思われる口腔乾燥や全顎にわたる歯肉の炎症、根面カリエスの問題を抱えています。ふと思うことは、この方々が通院できなくなったら、どのような口腔環境に変化していくのだろうか。食生活はどのように変化していくのだろうか。我々は歯を残すことが歯科医師、歯科衛生士のもっとも重要な使命であると教育され、そのように実践してきました。そして実際、歯の残存数（8020運動）について目覚ましい成果を上げています。これは公衆衛生上の金字塔になっております。しかし、問題は歯の数ではなく、どのような状態で終生歯が存続し、機能しているかです。この点については2023年の現時点においても要介護高齢者において劣悪な口腔環境にしばしば会うことがあります。一方、90歳を迎え、長年にわたって定期的な歯周病管理のために歯科医院に通院されている方で健全な28本の歯と歯肉を維持している方が複数現れています。口腔環境、口腔状態が国民の健康格差を生じさせているのではないかと真剣に考えるようになりました。

キーワード：口腔健康管理、口腔ケア、誤嚥性肺炎予防、在宅歯科医療

I. 2025年を目前に、口腔保健を解く

近年の出生者数は減少し続け、わが国は高齢化だけでなく少子化という深刻な人口問題に直面しています。また、実際のところ2023年生まれの出生数は80万人を切り758,631人で統計開始以来最少になったことが、厚生労働省の人口動態統計（2024年2月発表：概

数）で分かりました。団塊の世代が後期高齢者になる2025年を前に我が国は著しい少子高齢化というこれまで経験したことのない社会に突入すると予測されます。実際、診療所に来院される患者さんの高齢化が確実に進んでいます。そして高齢化に伴い、多くの患者さんは複数の基礎疾患を有し多剤を服用、薬の影響によると思われる口腔乾燥や全顎にわたる歯肉の炎症、根面カリエスの問題を抱えています。ふと思うことは、この方々が通院できなくなったら、どのような口腔環境に変化していくのだろうか。食生活や栄養状態はどのように変化していくのだろうか。我々は歯を残すことが歯科医師、歯科衛生士のもっとも重要な使命であると教育され、そのように実践してきました。そして歯の残存数について歯科医師会、各歯科関



※冬期学会講師

(よねやま・たけよし)
米山歯科クリニック

連学会、各歯科医療機関の地道な努力もあって目覚ましい成果を上げています。この事実は公衆衛生上の金字塔といっても過言ではありません。しかし、問題は歯の数ではなく、高齢者になってどのような状態で歯が存続し、機能しているかであるように思います。

本稿では2024年4月に発表されました「成人肺炎診療ガイドライン2024」と「終末期における歯科の役割」を中心に、“口腔環境が国民の健康格差を生じさせている”というテーマでまとめてみました。

なお用語について歯科職が診療の一環として患者さんに関わるときは、口腔健康管理（口腔衛生管理、口腔機能管理）とし、多職種で関わり口腔状態を維持・改善する際には「口腔ケア」と使い分けをしました。

II. 成人肺炎診療ガイドライン2024と 口腔衛生管理、口腔ケア

肺炎は誤嚥性肺炎とそれ以外の肺炎を合わせると日本における死因の上位を占めます。一方、肺炎の発症率は加齢とともに増加し、肺炎で死亡する人の大部分は65歳以上の高齢者であり、誤嚥性肺炎が原因と言われます。また肺炎のために入院を余儀なくされ、長期の安静臥床を続ける間に廃用症候群が進行し、様々な合併症を引き起こし、結果的に要介護状態となる危険性もはらんでいます。すなわち、肺炎は高齢者の罹病率や死亡率を上昇させ、医療費や介護費用を増大させる大きな要因であるといえます。

1990年代に全国11カ所の特別養護老人ホーム入所者を対象として、口腔ケア（口腔衛生管理）による誤嚥性肺炎予防について前向きな検討を試みた研究がなされました^{1,2)}。その結果2年間に7日以上発熱がみられた人は、口腔ケア群27名（15%）、対照群54名（29%）と、口腔ケア群で有意に少ないものでした（ $p < 0.01$ ）。同様に、肺炎を発症した人は、口腔ケア群21名（11%）、対照群34名（19%）であり、対照群のほうが有意に多く発症していました（ $p < 0.05$ ）（図1）。とりわけ、肺炎による死亡者数をみると、口腔ケア群では14名（7%）でしたが、対照群では30名（16%）と有意に多く（ $p < 0.01$ ）、発症した肺炎もより重度化していました。この研究成果がきっかけとなり医療と介護の現場において口腔の衛生管理の重要性に光が当たるようになりました。

そして25年の歳月が流れ2024年4月5日、日本呼吸器学会は7年前の成人肺炎診療ガイドラインを改訂し公表しました（図2）³⁾。それによると「肺炎の予防に口腔ケアは推奨されるか？」というクリニカルクエッション（CQ）に対し、「肺炎の予防に口腔ケアを弱く推奨する」という表記がなされ、2017年の前ガイドラインとほぼ同様の推奨度でした。一時はこの結果を見て個人的にがっかりしましたが、推奨草案で「成人の肺炎予防に対して、口腔ケアを強く推奨する」が提示され、推奨草案の投票が実施されたところ、高齢者施設や療養病院ではいまだマンパワー不足などか

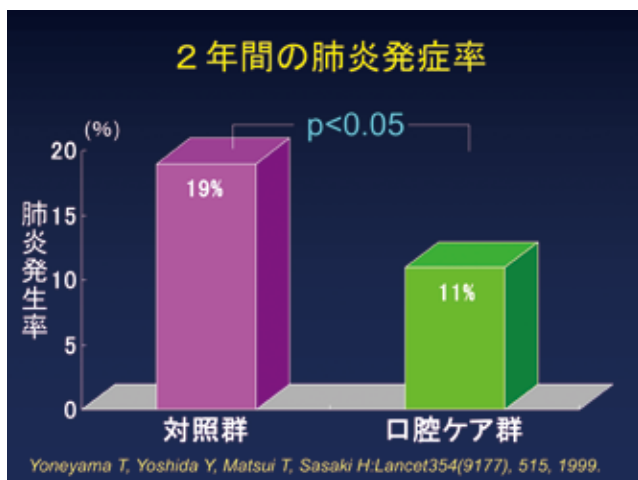


図1 2年間にわたる口腔衛生管理としての口腔ケアによって対象群に比較し有意に肺炎の発症が抑制されている



図2 2024年4月発刊の日本呼吸器学会成人肺炎診療ガイドラインの表紙

ら、必ずしもすべての患者に口腔ケアを実施できるわけではないのが現状であり、強く推奨することは困難であるという意見が最終的な結果を生み出したようでもあります。しかし一方で副作用が少ない簡便な手技にもかかわらず、肺炎発症の抑制および、それに伴う医療費削減効果が期待されることから、強く推奨すべきであるという意見もあったと記載されていることから、呼吸器学会の専門家の間で口腔の重要性が認識されつつあることが示唆されました。

Ⅲ. 終末期における歯科の役割

終末期における歯科の役割は決して主役ではありませんが、感染症予防としての口腔ケアや食支援として関わる姿があります。高度な歯科治療が求められることはまず考えられません。緩和ケアとしての関わり、納得のいく人生の総仕上げを演出するための関わりに重点が置かれます。終末期においては口内炎等の口腔粘膜の病変が発症し易く、痛みで食事が摂れなくなったり、話ができなくなったりし、衰弱が進むケースもあります。たかが口内炎といっても終末期においては、無視できない疾病であり、精神面や栄養管理の視点から予防的に対策をとることが大切です。そして終末期ケアにおいては痛みのコントロールが重要な課題になるので、口腔ケアの重要性はますます高くなると予想されます。歯科医師や歯科衛生士にとっては終末期医療への参加は不慣れなことが多いのは事実で、

患者さんのご家族からも“なぜ歯医者さんが必要か”という疑問が出るかもしれませんが、多職種で関わる中で歯科職がQOLの維持・向上に貢献でき、今後は「口腔は人生の終末になるほど大切になる」と啓発し、社会の中で口腔ケアとして終末期まで関わり続けることの意義を説くことによって、苦しみから救われる人々が増えることを切望します。

Ⅳ. 口腔環境が国民の健康格差を生じさせている！

90歳を迎え、歯周病予防管理のために長年にわたって定期的に当院に通院されている方で健全な28本の歯と歯肉を維持している方が現れています（図3）。そのような方は概してしっかりした健康観と健康を維持するための実践をしています。劣悪な口腔環境から肺炎を発症し、生命の危機に瀕している多くの事例もあり口腔環境、口腔状態が国民の健康格差を生じさせているのではないかと危惧し、一人一人が「口腔を通してどういう健康観をもって、どう生きるか」という命題を真剣に取り上げる時代を迎えたと認識しております。

「治す医療」から「治し支える医療」に医療全般がパラダイムシフトしている近年、歯科として近未来に向けての新しいビジョン（図4）を掲げ、介護、ケアの分野を充実させ、国民の健康格差を増大させないように疾病の予防管理に積極的に邁進すべきであり、このことが我々のミッションであると考えます。



図3 定期的な歯周病の管理を32年間継続し、91歳を迎えられた患者さん（女性）。歯肉からの出血率（GBI）が初診時22%から現在1%を維持

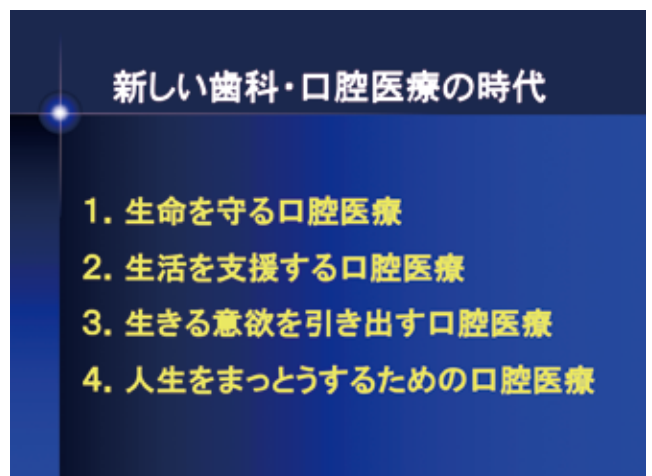


図4 新しい歯科・口腔医療の時代

文 献

- 1) Yoneyama, T., Yoshida, M., Matsui, T., et al. Oral care and pneumonia, *Lancet*. 354 : 515. 1999.
2) 米山武義, 吉田光由, 佐々木英忠, 他: 要介護高齢者に対

- する口腔衛生嚥性肺炎予防効果に関する研究, *日歯医学会誌* 20 : 58-68, 2001.
3) 成人肺炎診療ガイドライン2024. 日本呼吸器学会編, 2024.

The Oral Environment is Causing Health Disparities Among the People : Looking Back on 40 Years of Home Health Care and What We Can Do for the Future

Takeyoshi YONEYAMA, D.M.Sc., D.D.Sc., F.I.C.D.

Yoneyama Dental Clinic

The number of births has continued to decline in recent years, and our country is facing a serious demographic problem of having not only an aging population but also a declining birthrate. In fact, the number of births in 2023 was 758,631, according to the Vital Statistics of the Ministry of Health, Labour and Welfare. This is the lowest number recorded to date since 1899 when the statistics were first compiled, and the number has fallen below 800,000 for the first time. In contrast, the number of deaths in 2022 exceeded 1,580,000, which is the highest number since the end of World War II. Thus, our country is expected to enter a super-aging society that we have never experienced before. In fact, the number of patients visiting our clinics is steadily aging. Many patients have multiple underlying diseases, take multiple medications, and suffer from xerostomia, gingival inflammation affecting the entire jaw, and root caries which may be caused by the effects of medications. We wondered what kind of oral environment these people would have if they were no longer able to visit our clinic, and how will their eating habits change. We have been trained under the emphasis that the most important mission of dentists and dental hygienists is to preserve teeth, and we have practiced as such. In fact, we have achieved remarkable results in terms of the number of teeth remaining (the 8020 Campaign), and this has become the gold standard in public health. However, the main concern is not how many teeth there are remaining, but in what condition they survive and function throughout life. In this regard, even in 2023, we often encounter poor oral conditions among the elderly who require nursing care. On the other hand, we have also seen patients over the age of 90 who have been visiting their dentists for regular periodontal disease management for many years and have maintained 28 healthy teeth and gums. We have come to consider that the oral environment and oral condition may be causing health disparities in the population.

Key words : Oral Health Management, Oral Care, Aspiration Pneumonia Prevention, Home Dental Care