

講演

日本の歯科医療の向かう道

押 村 憲 昭

ICDフェロー

●抄 録●

日本は長寿国である一方、健康寿命と平均寿命の差が課題となっている。歯科医療は虫歯や歯周病治療にとどまらず、食事管理・栄養管理・口腔機能の維持を通じて全身の健康に寄与する。さらに歯科訪問診療は高齢者や通院困難者の生活を支え、多職種連携の要として地域包括ケアに不可欠である。今後の歯科医療は予防と地域連携を重視し、国民の健康寿命延伸に大きく貢献することが期待される。

キーワード：食事管理、栄養管理、口腔機能

Ⅰ. はじめに

日本は世界でも有数の長寿国として知られていますが、その一方で「健康寿命」と「平均寿命」の差、すなわち自立した生活を送れず介護を必要とする期間の長さが大きな課題となっています。高齢化が急速に進む中で、いかにして国民が健康で自分らしい生活を長く維持できるかが、医療全体の重要なテーマとなっています。その中で歯科医療の果たす役割は、従来の虫歯や歯周病の治療にとどまらず、全身の健康と生活の質に直結するものへと拡大しています。特に「食事管理」「栄養管理」「口腔機能」、そして「歯科訪問診療」は、これからの日本の歯科医療における柱であるといえるでしょう。

Ⅱ. 食事管理と歯科の役割

従来、食事管理は栄養士や医師の領域と考えられてきました。しかし、咀嚼や嚥下は口腔の健康状態に大きく左右されます。歯の欠損や咬合不良があれば、どれだけ栄養バランスを意識しても、実際に食べられる食品は限られてしまいます。例えば、硬い野菜や肉を避け、柔らかい炭水化物に偏ることは、糖尿病や肥満のリスクを高め、結果的に生活習慣病を悪化させる原因にもなります。歯科医療は「何を食べるか」という選択の前に、「どう食べられるか」を支える基盤であり、食事管理の出発点に位置づけられます。

Ⅲ. 栄養管理と口腔の健康

高齢者施設や在宅療養の現場では、低栄養やフレイル（虚弱）が問題視されています。食欲低下や嚥下障害により十分な栄養が摂れず、体力の低下や感染症のリスク増大につながるケースは少なくありません。歯科医師・歯科衛生士は、口腔内の環境を整えることで栄養摂取の改善をサポートできます。義歯の調整や口腔清掃の徹底により、痛みなく食べられる状態を維持することは、栄養管理の第一歩です。さらに、多職種と連携して「食べる機能」に基づいた食事形態の選択を行うことで、高齢者のQOL向上に大きく寄与でき



※冬期学会講師

(おしむら・のりあき)
かすみ・おしむら 歯科 院長

ます。

IV. 口腔機能の維持と向上

近年注目されている「口腔機能低下症」は、咀嚼・嚥下・発音など、口の持つ多様な機能が衰えていく状態を指します。口腔機能が低下すると、食べられる食品の制限だけでなく、誤嚥性肺炎や社会的な孤立にも直結します。したがって歯科医療は、口腔機能を維持・向上させるためのリハビリテーションやトレーニングを積極的に導入する必要があります。具体的には、舌圧測定や咀嚼力評価、口腔筋機能訓練（オーラルフレイル予防プログラム）などを日常診療に取り入れることが望まれます。口腔は「食べる・話す・笑う」という人間らしさの根幹を担う器官であり、その機能を守ることは社会参加と生活の質を守ることに直結します。

V. 歯科訪問診療の重要性

高齢化の進展とともに、通院困難な患者が急増しています。そのような方々に歯科医療を届ける手段として、歯科訪問診療は欠かせません。寝たきりや認知症の患者であっても、口腔ケアを継続することで誤嚥性

肺炎を予防し、生活の質を維持することが可能です。また、訪問診療の現場では、歯科だけでなく医科・看護・リハビリなど多職種連携が不可欠であり、地域包括ケアシステムにおける歯科の役割がますます大きくなっています。さらに、歯科訪問は単なる治療の提供にとどまらず、食事・栄養・生活習慣全般を支える「地域の健康支援者」として機能することが求められています。

VI. まとめ —— 歯科医療の未来へ

これからの日本の歯科医療は、口腔の治療にとどまらず、食事管理・栄養管理・口腔機能維持、そして訪問診療を通じて「生涯を通じた健康支援」を担っていくべきです。歯を守ることは全身の健康を守ることにつながり、口腔機能を維持することは人間らしい生活を支える基盤となります。高齢化が進む日本において、歯科が食事と栄養の入口を守り、訪問によって地域全体に医療を届けることは、社会の持続可能性を左右する重要な使命です。今後、歯科医療は予防と地域連携をキーワードに進化し、国民の健康寿命延伸に大きく貢献していくことが期待されます。

The Future Direction of Dental Care in Japan

Noriaki OSHIMURA, D.D.S., F.I.C.D.

Director, Kasumori Oshimura dental clinic

Japan faces a gap between life expectancy and healthy life years. Dentistry now extends beyond caries care to diet, nutrition, oral function, and home visits, supporting health, QOL, and community care.

Key words : Dietary Care, Nutritional Care, Oral Function