

# 働く皆さんの歯とお口の健康を目指そう

成人歯科保健



## 厚生労働省健康保持増進指針

(トータルヘルス・プロモーションプラン)

これまで、職場においておこなわれていた健康診断は、病気を早期発見し早期治療するために行われてきました。しかし、超高齢化社会を迎えようとしている現在は、健全な老後の生活を送るためにも、長い勤労生活の中で生涯を通じた視点から健康を確保し、健康増進を図ることがとても大切です。そのため厚生労働省では働く人、全員を対象として、心とからだの両面を大切にしたい総合的な健康づくりを目指して、日常生活状況調査、医学的検査、運動機能検査などの健康測定を実施し、その結果に基づいて健康指導を行っていくものです。

歯科においても、これにもとづきお口の健康診断を行い、より健康で快適な生活を楽しめるよう歯科医師による健康指導を行います。

群馬県・群馬県歯科医師会

## ■事業所歯科健診を行うことの効果は・・・

ご存じのように歯の病気は悪くなってきていてもすぐに症状でないのが特徴です。痛くって職場を抜け出して歯医者さんに行かれた記憶のある方も多い事でしょう。働く人たちに歯科健診を行うことによって、むし歯や歯周病、その他の歯科疾患を早期に発見することができます。(下記の表) それだけではありません。歯科健診活動と歯科医療費の関係を調査したところ、歯科健診を実施した事業所の16年間の医療費の変化が減少したという報告が第11回群馬県歯科保健大会にてなされました。つまり、健診を実施することで早期に治療することにより、医療費が少なくてすんだと言うことです。

## 口腔に症状をあらわす職業病の原因物質

種 別	原 因 (取扱い) 物 質	疾病名および口腔症状
金属	鉛 水銀 クローム 亜鉛 銅 カドミウム	鉛中毒、顔面蒼白、鉛緑、歯肉炎、味覚の異常 水銀中毒、歯肉炎、口内炎、唾液分泌(流涎)、金属味 粘膜のクローム潰瘍、口蓋および歯肉に潰瘍性口内炎 歯肉に青紫の色素沈着(着鉛線)、流涎 緑色の歯石沈着 歯頸部に黄色のカドミウム輪
ハロゲン	弗素 塩素 臭素 沃素	カタル性・潰瘍性口内炎、斑状歯 カタル性・潰瘍性口内炎 カタル性・潰瘍性口内炎、歯肉の着色 カタル性・潰瘍性口内炎、歯肉の着色
その他無機物	砒素 燐(黄燐)	歯肉炎、口内炎、骨痛 潰瘍性口内炎、骨痛(腐骨の形成)
酸類	硫酸、硝酸、塩酸、酢酸、氟酸など	歯の酸蝕症
アルカリ類	苛性ソーダ、苛性カリ、炭酸ソーダなど	口腔粘膜の剥離
ガス	亜硫酸ガス	歯の酸蝕症
有機化合物	アニリン タール ベンゾール	口唇チアノーゼ、歯肉に青紫の色素沈着 口内炎、歯肉炎、歯肉癌 口内炎、チアノーゼ、唾液分泌異常
ニトロ化合物	ニトロベンゼンなど PCB ジランチン	粘膜、特に口唇のチアノーゼ、歯肉の色素沈着 歯肉の色素沈着(青紫色) 歯肉増殖症、口内炎
粉塵	鉱物性および金属製	塵肺症、歯の摩耗症、歯肉炎、歯石沈着
作業と習慣	ガラス吹きなど	歯の摩耗症、前歯部の半月状欠損、歯の転移、歯肉肥大
感染症	微生物	流行性潰瘍性口内炎、カタル性口内炎、歯肉肥大

(日本歯科医師会)

## ■歯牙酸蝕症とは・・・

わが国で歯牙酸蝕症といった場合は、職業に起因するものとされ産業職場において発生した「酸のガス、またはミストが直接歯牙に作用して、歯牙の表面の脱灰をきたし、表面の白濁および欠損を生じたもの」を歯牙酸蝕症と定義している。

労働安全衛生法第66条第3項に歯科医師による健康診断を行わなければならない規定があり、その業務は同施行令によると「労働安全衛生法第66条第3項の政令で定める有害な業務は、塩酸、硝酸、亜硫酸、弗化水素、黄りんその他歯又はその支持組織に有害な物のガス、蒸気又は粉じんを充満する場所における業務とする」とされています。



## ■歯を失う原因は、歯周病とむし歯。

私たちの生命活動は、言うまでもなく食べることによって支えられています。食べるために無くてはならない器官が“歯”。ところが、歯の寿命は長くなった平均寿命に追いついていません。

では、歯を失う二大原因は？…それは歯周病とむし歯なかでも、歯周病は糖尿病や心臓病と同じ仲間（生活習慣病）に位置付けられています。

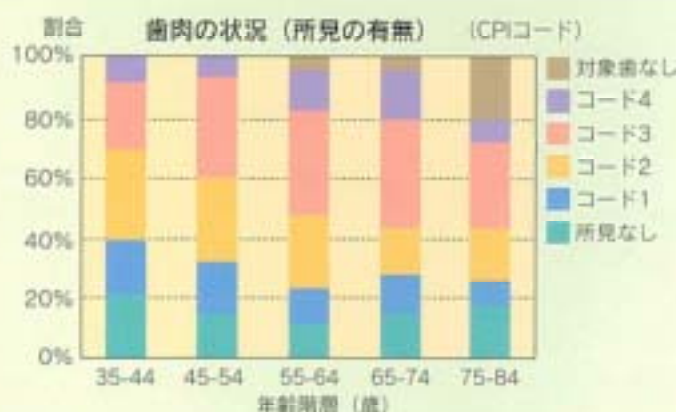


### 主原因別抜歯割合

う蝕原因49.9%  
歯周病原因35.3%  
その他原因14.8%  
(群馬県歯科医師会公衆衛生委員会)

## ■群馬県内の成人歯科保健の実態は（平成12年度実施）…

下表のように80歳で20本以上の歯を残している方の割合は12%と少なく、進行した歯周疾患にかかっている方の割合は働き盛りの40歳、50歳で増加していることが明らかになりました。具体的には所見のあるものは、各年齢階層で約8割を越えており、4mm以上の進行した歯周ポケットのある者は65-74歳の年齢階層で52.8%と最も多く6mm以上（コード4）の深いポケットのある者は55-64歳の年齢階層から増加している。喫煙習慣について、喫煙者の割合は45-54歳の年齢階層で26.7%と高かったが、55-64歳の年齢階層では喫煙率は11.7%と低いが一人あたりの喫煙本数は26.1本と多かった。



### 喫煙習慣 ( ) 単位

年齢階層 (歳)	35-44	45-54	55-64	65-74	75-84
喫煙者 (%)	25	26.7	11.7	20.8	14.5
1日平均本数 (本)	12.8	18.2	26.1	16.3	25.7
喫煙開始 (年齢)	20.8	19.3	20.3	23.9	41.7
喫煙習慣なし (%)	75	71.7	89.6	75	79
無回答	0	1.6	1.3	4.2	6.5

CPIコード

- コード1：プロービング後に出血が認められる。 } 要観察・指導
- コード2：歯肉縁上または歯肉縁下歯石がある。 } 治療が必要
- コード3：ポケットの深さが4mm以上6mm未満
- コード4：ポケットの深さが6mm以上

## ■歯ごたえのある食事やガムを習慣に…。

最近のメニューは、噛まなくてよいやわらかいものばかりが好まれる傾向にあります。しかし、よく噛むことは全身にさまざまな効用をもたらします。噛みごたえのある食材を活用し、調理方法にも工夫をこらしたものを、食事以外にもガムを噛むなど、普段から噛む習慣を身につけましょう。

### ■最近、噛まなくなったと思いませんか。

単発呼の時代の食事と現代の食事を比べてみると、噛む量が約1/6、所要時間で1/5、昭和10年と比べてさえ、噛む量は60%も減って、食べる時間は半減しています。



- ◎かかりつけ歯科医を持ち、定期歯科健診・歯科保健指導・予防処置を受けましょう
- ◎フッ化物配合の歯磨き剤を使用しましょう
- ◎歯と歯の間の汚れを落とすためにデンタルフロス（糸ようじ）や歯間ブラシを使用しましょう
- ◎甘味食品や飲料を飲食する回数を減らしましょう
- ◎市町村や事業所が実施する歯科健診事業等に積極的に参加しましょう

## 健康寿命を大きく伸ばしましょう

これからの日本の目標は、健康寿命の延伸です。健康寿命とは、健康で明るく元気に生活する期間、つまり寝たきりや痴呆にならない期間のことです。

そのためには歯の寿命を伸ばすことが大切。20本以上自分の歯がある人は各年代で増えてきています。今後も8020運動を続けていくことによって、歯の寿命を伸ばし健康寿命を伸ばすことが可能です。

## 「元気県ぐんま21」(21世紀における県民の健康づくり運動)

群馬県では生活習慣の改善の分野の1つに歯と口の健康を位置付け、下記のような2010年までの目標指標と目標値を設定し、目標達成に向けた推進事業に取り組んでいます。

評価指標	元気県ぐんま21		(参考)健康日本21		
	現 状	平成22年	現 状	平成22年	
歯の喪失の防止	80歳で20歯以上持つ人の割合	21.0% <sup>*1</sup>	30%以上	11.5%	20%以上
	60歳で24歯以上持つ人の割合	54.5% <sup>*1</sup>	60%以上	44.1%	50%以上
	定期的な歯科健診を受ける人の割合	7.8% <sup>*1</sup>	30%以上	16.4%	30%以上
	定期的な歯石除去等を受ける人の割合	7.8% <sup>*1</sup>	30%以上	15.9%	30%以上
	失った歯について入れ歯などによる治療が済んでいる人の割合	—	90%以上	—	—
幼 児 期	3歳でむし歯のない人の割合	59.3% <sup>*2</sup>	80%以上	59.5%	80%以上
	3歳までにフッ化物歯面塗布を受けた人の割合	42.6%	70%以上	39.6%	50%以上
	間食として甘味食品・飲料を1日3回以上飲食する人の割合	—	20%以上	29.9%	減少
学 齢 期	12歳で一人平均むし歯数	2.9本 <sup>*3</sup>	1歯以下	2.9本	1歯以下
	フッ化物配合歯磨剤の使用者	—	90%以上	45.6%	90%以上
	フッ化物洗口を利用している人の割合	—	50%以上	—	—
	過去1年に個別的歯口清掃指導を受けた人の割合	—	30%以上	12.8%	30%以上
成 人 期	進行した歯周炎を有する人の割合				
	(40歳)	31.2% <sup>*1</sup>	22%以下	32.0%	22%以下*
	(50歳)	40.0% <sup>*1</sup>	30%以下	46.9%	33%以下*
	歯間部清掃用器具を使用する人の割合				
	(40歳)	31.3% <sup>*1</sup>	60%以上	19.3%	50%以上
(50歳)	29.4% <sup>*1</sup>	60%以上	17.8%	50%以上	
	喫煙と歯周病に関する正しい知識	—	100%	27.3%	100%
高 齢 期	歯周病及び露出した歯根面のむし歯予防のための予防処置を受ける人の割合	—	30%以上	—	—
	訪問口腔衛生指導を実施する市町村	38市町村 <sup>**</sup>	70市町村(100%)	—	—
	障害児(者)の訪問口腔衛生指導を実施する市町村	7市町村 <sup>**</sup>	35市町村(50%)	—	—

(注) \* 3割以上減

### お問い合わせ

群馬県保健福祉部保健予防課  
 TEL 027-223-1111 FAX 027-223-7950  
 (社)群馬県歯科医師会・公衆歯科衛生委員会・医療管理委員会  
 TEL 027-252-0391 FAX 027-253-6407

