平成 16 年度　8020 公募研究報告書抄録

報告書名：歯周病予防に有効な健康行動の解析

研究者名：市橋透[1)]、山崎洋治[1)]、小川洋子[1)]、竹田透[2)]、佐々木好幸[3)]、渋谷耕司[1)]
所　　属：[1)] (財)ライオン歯科衛生研究所、[2)] ライオン株式会社健康管理室
[3)] 東京医科歯科大学歯学部附属口腔保健教育研究センター

【目的】

8020 運動の推進には成人期における歯の喪失の大きな原因である歯周病を予防することが大切である。近年、喫煙が歯周病のリスクファクターとして注目されているが、禁煙以外にどのような健康行動が歯周病予防に効果的なのか明らかにした報告は少ない。

そこで、本研究は歯周病に影響する要因をライフスタイル、歯みがき行動、健康観などを指標にして、歯周病予防に有効な健康行動を明らかにすることを目的に行った。

【対象及び方法】

対象は東京に本社のある某企業（製造業）の 20 歳以上 59 歳以下の事業所従業員で、2002 年度の歯科健康診断において、本研究への参加に同意が得られた 3,109 人である。歯科健康診断の際に歯科保健行動、健康行動、健康観などに関する質問紙調査を行った。歯周病に対する健康行動の影響を把握するため、歯周ポケットの有無（CPI２以下/３以上）を目的変数とし、説明変数を質問紙調査項目としてステップワイズ・ロジスティック回帰分析と２値化ロジスティック回帰分析を行い歯周ポケットの有無と関連する要因について検討した。

【結果および考察】

対象者 3,109 人のうち CPI２以下は 2,065 人（66.4%）、CPI３以上は 1,044 人（35.6%）であった。全年齢階級でのステップワイズ・ロジスティック回帰分析では、歯周ポケットの有無は年齢階級、喫煙習慣（Brinkman 指数）、デンタルフロス、喪失歯数などと関連が大きかった。

有意となった説明変数を２値化してロジスティック回帰分析を行った。年齢階級別にみると、20～39 歳でオッズ比が高い要因はデンタルフロス（オッズ比：1.98）、ブレスローの健康習慣（オッズ比：1.92）、健康観（オッズ比：1.75）であり、40～59 歳では Brinkman 指数（オッズ比：2.58）、デンタルフロス（オッズ比：1.86）であった。

オッズ比でみると、歯周ポケットの有無は喫煙（Brinkman 指数）との関連が最も大きく、歯周病の予防に禁煙が大きな要因となることが改めて確認された。喫煙は歯周病の最大のリスクファクターであり、歯科保健指導においても積極的な禁煙指導の必要性が示された。また、歯周ポケットの有無にはデンタルフロスの使用も大きく関連し、デンタルフロスなど歯間清掃用具に関する指導の必要性が示された。歯間清掃用具と禁煙の重要性は「健康日本 21」で歯周病予防の目標にも取り上げられており、この目標達成の重要性を支持する結果であった。さらに、歯周ポケットの有無にはブレスローの健康習慣や健康観（HLC）とも関連性が認められ、若い時期から健康への自己管理能力を高めていく保健指導、健康教育の必要性が示された。

今回の研究結果から、歯周病予防には「禁煙」、「デンタルフロスの使用」、「好ましい健康習慣（ブレスローの健康習慣）」および「健康観（Health Locus of Control）」が関連していることが認められた。特に、健康習慣の中で禁煙は歯周病予防に重要な要因であることが確認できた。好ましい健康行動や健康観の確立には若い時期から自己管理能力を高めていくことが必要であり、行動変容につながる健康教育、保健指導の必要性が示された。

今後、歯周病予防に関連する要因の因果関係を明らかにし予防に結びつけていくため、さらに継続調査を行い縦断研究による解析を実施する予定である。