

報告書名：高齢者における舌の健康と機能に関する調査研究

研究者名：安細敏弘、吉田明弘、竹原直道

所 属：九州歯科大学健康増進学講座保健医療フロンティア科学分野（旧 予防歯科学講座）

### 【目的】

舌は味覚機能、摂食嚥下機能、咀嚼機能、発音構音機能といった種々の“口腔機能”に重要な役割を有している。しかし、高齢者における舌の健康度に関する調査研究はほとんど行われていないのが現状である。本研究の目的は地域在住の高齢者を対象とした舌の健康度調査を実施し、舌の健康が咀嚼機能、嚥下機能および唾液分泌機能に及ぼす影響を疫学的に検討することである。

### 【研究方法】

対象者は、対象者は、福岡県北九州市（門司区、小倉北区、小倉南区、八幡東区、八幡西区、若松区、戸畑区）に在住し、市内の某年長者研修大学校に在籍する高齢者 260 名（男性 128 人、女性 132 名）であった。口腔内診査は、十分な照明のもと、現在歯数、歯冠部および歯根部の齲蝕罹患状況、歯周組織、舌粘膜と舌苔について行った。唾液流出量はガム（商品名：サリパリーガム、モリタ社）を 3 分間噛んでもらった後、ml 単位で評価した。舌面の湿潤度については、唾液湿潤度検査紙（商品名：エルサリボ、ライオン歯科衛生研究所）を用いて評価した。口腔機能として、嚥下機能、開口度および舌運動機能および味覚の評価を行った。統計ソフトは SPSS 11.0J for Windows（SPSS 社）を用い、有意水準は 5%とした。

### 【結果と考察】

健診に参加した 231 名のうち、エルサリボ（10 秒法）により口腔乾燥症と診断された者は 63 名（27%）であった。口腔乾燥の自覚症状（口の中がかかわく、カラカラする）が時々ないし常時あると回答した者は、38 名（16%）であった。舌痛症の自覚症状（舌が痛い、ピリピリする）が時々ないし常時あると回答した者は、9 名であった。嚥下回数が 2 回以下の者は 120 名（52%）みられた。舌運動機能については、舌で頬粘膜を押すことができない者は 94 名（41%）認められた。左右の頬粘膜部をふくらませることができない者は 80 名（35%）認められた。これらの結果は対象者の 3～4 割の者において舌運動機能の低下がみられることを示している。味覚検査の結果、“解離性味覚消失”と診断された者は、35 名（15%）であった。また、味覚錯誤については、塩味を酸味と誤認した者が 55 名（24%）、酸味を塩味と誤認した者が 67 名（29%）および酸味を苦味と誤認した者が 46 名（20%）認められた。舌運動機能と舌の湿潤度の関係を調べたところ、舌で頬粘膜を押すという機能が著しく低下した者では、舌面の湿潤度が有意に低下していた（ $P<0.05$ ）。

### 【まとめ】

高齢者を対象として舌の健康状態を調査したところ、約 3 割に口腔乾燥がみられ、約半数に嚥下機能の低下がみられ、約 4 割に舌運動の機能低下が認められた。解離性味覚消失が 15%みられ、味覚錯誤が 2～3 割にみられた。また舌運動機能と口腔乾燥との関連が示唆された。これらの結果は高齢者の舌の健康状態が必ずしも良好ではないことを示しており、今後高齢化社会を迎え舌の健康を保持増進するための地域保健プログラムの構築が急務であると思われる。