

研究課題：自立高齢者に対する口腔機能向上プログラムの評価

研究者名：白田千代子^{1),2)}、徳間みづほ¹⁾、植野正之²⁾、品田佳世子²⁾、川口陽子²⁾

所 属：¹⁾中野区北部保健福祉センター、²⁾東京医科歯科大学大学院健康推進歯学分野

研究目的

平成 18 年 4 月より開始された地域支援事業においては、地域に在住する一般高齢者を対象とした「口腔機能の向上」のための事業が実施されており、要介護状態の発生予防を目的に、さまざまなプログラムが提供されている。これまで、口腔機能の向上に関する研究が数多く報告されているが、そのほとんどが要介護者を対象としたもので、自立した高齢者を対象とした口腔機能の改善に関する報告はほとんど行われていない。地域支援事業が開始されてようやく 1 年が経過しようとしているが、口腔機能の向上、改善に関しては早急にその成果を分析して評価していくことが求められている。そこで、地域の高齢者会館に集う自立した一般高齢者を対象に、気道感染予防と口腔機能の向上のためのプログラムを開発、提供し、プログラム前後でどのように口腔機能に変化したか評価するために本研究を実施した。

研究方法

3 箇所の高齢者会館に集う高齢者を対象として、平成 18 年 7～9 月の 3 か月間にわたって、毎月 2 回、計 6 回口腔機能向上プログラムを実施した。口腔機能向上プログラムの内容は、種々の媒体を使用し、気道感染予防と口腔機能の向上の意味や予防、機能改善のための訓練方法などを具体的に説明し、参加者に体験学習してもらった。また、毎回、プログラムに関連する課題を提示し、学んだことを家庭でも継続実施するように働きかけた。歯科衛生士が中心となって、集団を対象として口腔機能向上プログラムを提供したが、個々の高齢者の口腔内状況や生活レベルに適したアプローチ方法を工夫した。さらに、口腔機能の状態のリスクを高齢者自らが早期に発見できるような工夫を行った。プログラムの実施前後に、質問票調査、口腔内診査、口腔機能検査を行い、その変化について分析を行った。なお、本研究は東京医科歯科大学歯学部倫理審査委員会の承認を得て実施された。

結果

初回の口腔機能向上プログラムに参加したのは、男性 5 名、女性 62 名、計 67 名であったが、3 か月にわたる 6 回の講座すべてに参加できた者は、男性 3 名、女性 35 名、計 38 名（平均年齢：**77.8±7.38** 歳）であった。そこで、この 38 名を対象として、口腔機能の向上プログラム実施前後の比較を行った。健康状態の自己評価に「よい・まあよい」と答える者 36.8%から 52.7%に増加（ $P < 0.028$ ）、口臭の数値は 2.00 ± 0.12 から 0.71 ± 0.12 に減少（ $P < 0.00$ ）、唾液量は 8.26 ± 5.18 から 15.95 ± 6.17 に増加（ $P < 0.00$ ）、舌の動き 15.38 ± 9.59 から 21.15 ± 7.84 （ $P < 0.00$ ）などに示すように自覚症状、口腔内状況、口腔機能に関する多くの項目で有意な改善が認められた。

考察

今回対象としたのは自立高齢者であり、介護予防プログラムの中において対象が要支援、要介護高齢者となるので、本人の技能にも問題があり、口腔機能を向上させるための期間や費用がかかることが推測される。したがって、口腔機能向上プログラムは、自立高齢者に提供していくことが効果的であると考えられる。

口腔機能の向上プログラムの真の効果を評価していくためには、今後、コントロール群において同様な調査を実施していくことが必要であろう。