

研究課題：要介護高齢者に対する口腔ケアは精神的ストレスの軽減に寄与するか

研究者名：森田 学¹⁾、兼平 孝²⁾、柏崎晴彦²⁾

所 属：¹⁾ 北海道大学大学院歯学研究科、²⁾ 北海道大学病院歯科診療センター

【目的】要介護高齢者は、唾液分泌量の低下、セルフケアの不足などにより、口腔内が不潔になりやすい。そのため、要介護高齢者に対しては、歯周病や口臭のみならず誤嚥性肺炎を効果的に予防するために、ブラッシング指導や適切な口腔ケアを行うことが重要である。そのことは、歯科医療関係者のみならず、医師・看護師などの医療職からも広く認められている事実である。それは、口腔ケアによって、①誤嚥性肺炎による発熱や死亡の割合が減少する、②経口栄養摂取の可能性が高まり、栄養的にも改善され、その結果として全身の抵抗力が増強される、などといった事例が数多く報告されてきたからである。

筆者らは、大学病院病棟、各種福祉施設等において口腔ケアを実践してきたが、その過程で前述のような疾患を予防できるばかりでなく、患者・入所者の表情や会話を通じて、口腔ケアが“心のケア”にもなっていることを感じさせられる事例が少なくなかった。しかし、口腔ケアが精神領域に対してどのような効果を及ぼすのかについては、科学的に確認されていない。そこで本研究は、「口腔ケアの介入が、要介護高齢者の精神的ストレスを軽減する」という仮説を検証することを目的とし、入院中の要介護高齢者に定期的に口腔ケアを実施し、精神症状および唾液中のストレスマーカーに与える影響を検討した。

【対象と方法】対象は札幌市内H病院に入院中の要介護高齢患者 10 名（男性 5 名、女性 5 名、平均年齢 71.6 歳）に、次のような介入研究を行った。

- 1) 週 1 回の歯科医師による専門的口腔ケアに加え、患者にブラッシング指導を行った。また、H病院の担当看護師にもブラッシング方法を指導し、毎日のブラッシングの介助を依頼した。
- 2) 精神症状の評価ならびに唾液採取は、口腔ケア開始前、開始 1 週後、2 週後、4 週後、8 週後に行った。
- 3) 精神症状は、陽性・陰性症状評価尺度(PANSS)、生活障害を精神障害者社会生活評価尺度(LASMI)、ならびに抑うつ症状をベック抑うつ質問表(BDI-II)にて評価した。唾液は 10 分間安静時唾液を採取し、遠心後、凍結保存した。
- 4) 唾液中のストレスマーカーとして、唾液アミラーゼ活性(Blue-Starch 法)、コルチゾール、クロモグラニンA、Cu/Zn SODの量的変化(いずれもELISA法による定量)を調べた。

【結果】要介護高齢者患者の精神症状(PANSS、LASMI 抑うつ症状)は、口腔ケア介入後に若干の改善を認めた。しかし、唾液中のストレスマーカーは、口腔ケア介入前後で活性や量に若干の変化が認められたが、統計学的に有意な変化ではなかった。

【考察】口腔ケア介入により、要介護高齢者患者の精神症状に若干の改善が認められたことから、口腔ケアの実施が精神的ストレスの軽減につながるということが示唆されたといえる。唾液は非侵襲的に採取できる試料であり、唾液中の様々なストレスマーカーの相対的な量的変化を調べることでストレスを測定することが可能である。しかし、今回の研究では、それが明確には認められなかった。その理由として、唾液中のストレスマーカーは短期間のストレスにはよく反応するものの、今回実施した口腔ケアのように、長い期間をかけて徐々に口腔内が改善していくような変化には反応しにくいと考えられる。

今後の更なる研究により、本研究で設定した仮説が確認されたならば、要介護高齢者に対する口腔ケアが精神的ケアの一助にもなる可能性が示唆され、口腔ケアの必要性を今以上に世の中に強くアピールすることが可能となる。また、口腔ケアが末期ガン患者の緩和ケアにおける手段の一つとして応用されるであろう。