

研究課題：歯科医療機関における栄養指導（栄養を加味した保健指導）に向けた検討

研究者名：富永一道、井上 幸夫\*、齋藤 寿章、影山 直樹、梶原 光史、  
岩崎 陽、青木 誠、楫野 泰弘

所属：\*島根県歯科医師会理事、島根県歯科医師会地域福祉部

抄録

島根県歯科医師会及び県内での高齢者を対象とした口腔機能と栄養状態に関する疫学調査や文献調査では、咀嚼能力が摂取栄養素に影響し、栄養状態に影響を与えていることが分かった。高齢期は歯の喪失等で咬合支持を失いやすく、口腔機能（咀嚼・嚥下）が低下していく時期に当たる。歯科補綴学的機能回復と同時に適切な栄養指導がなされないと患者の十分な栄養状態の改善は見られないとされており、歯科医学と栄養学の連携は不可欠と思われる。そこで、平成 28 年度の後期高齢者歯科口腔健診（以下 LEDO 健診）受診者 96 名（78.1±2.5 歳、男性 40%、女性 60%）を対象として、簡易的自記式食事歴法調査票（以下 BDHQ）を使用した食事調査を実施し、口腔機能と栄養状態、摂取栄養素の関連について調査解析を行い、島根県栄養士会およびアドバイザーとして国立保健医療科学院統括研究官 安藤 雄一 先生とともに、解析結果と歯科医療と栄養の連携について考察をおこなった。

データ解析において注目した口腔機能として、咀嚼の主観的評価「噛める／噛めない」、客観的評価（グミ 15 秒咀嚼検査）、現在歯数、咀嚼の複合指標（主観的評価「噛める／噛めない」と客観的評価「噛める；グミ 15 秒値第 2 四分位以上／噛めない；グミ 15 秒値第 1 四分位」の組み合わせ 4 カテゴリー）とした。その結果、BMI 25 以上は男性の 26%に見られ、BMI 18.5 未満は女性の 24%に見られた。下腿周囲長 CC は、性、年齢、BMI で調整しても、咀嚼の客観的評価であるグミ 15 秒値と有意な正の相関関係が観察された。

LEDO-BDHQ 連結データの解析ではエネルギー充足率 130%以上、または 70%未満を外れ値として除外（96 名→65 名）し、口腔機能と摂取栄養素の関係について解析した結果、歯の数が 20 歯以下になると炭水化物摂取が増加し、タンパク質と脂肪が減少する傾向が観察された。咀嚼の複合指標で「主観；噛める&客観；噛めない」者はビタミン、ミネラル、食物繊維の摂取量がさらに減少し、咀嚼能力が低い者は単調な食生活になっている可能性が示唆された。

考察では、口腔機能（咀嚼）の低下は食事摂取の多様性を阻害し、栄養障害から筋肉量（CC）の低下につながり、自らの口腔機能と栄養状態に応じた情報を食生活に活かす試みは、高齢者の健康寿命延伸に貢献することなどが挙げられた。定期的にかかりつけ歯科を受診している高齢者は 50%に止まっており、今後開拓できる分野であること、個人レベルにおける栄養素の過不足を BDHQ による推定値で論ずるには限界があり、特に高齢者ではこの調査システムの理解や記憶の不確かさなどを補償する方策が必要であることなどが話し合われた。