



— 口腔機能低下症の診療を実施している医院の事例を紹介します —

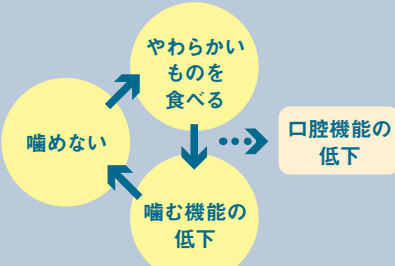
「口腔機能低下症」は、う蝕や歯の喪失など従来の器質的な障害とは異なり、いくつかの口腔機能の低下による複合要因によって現れる病態。
7つの下位症状のうち3項目以上該当する場合に「口腔機能低下症」と診断されます。詳細は日本歯科医学会発行の「口腔機能低下症に関する基本的な考え方」をご参照ください。

▶ 歯科衛生士の視点で大切なこと キーワードは、「気づき」

加齢に伴う口腔機能低下への対応については、重要だとはわかるが、今1つアプローチ方法がわかりにくいというのが実際だと思います。口腔機能は食・栄養、人とのかわりなどQOLに密接にかかわっています。でするので負のスパイラル(右図)に陥る前の段階で、口腔機能の低下のサインに患者さんと歯科スタッフが「気づき」、患者さん自身が自分の問題として取り組んでいけるようなサポートが求められています。

お口の機能低下の“負のスパイラル”

口腔機能の低下は、筋肉や心身の活力低下(フレイル)の初期症状ともとらえることができます。老化の始まりのサインでもあるのです。



【参考文献】平野浩彦：オーラルフレイルを知る 老年科学からの提言 1. オーラルフレイルの概念、日老医誌、53:327, 2016.
(平野浩彦先生よりご提供)



東京都健康長寿
医療センター研究所
自立促進と精神保健研究チーム
歯科衛生士 小原 由紀 さん

私が勤務する東京都健康長寿医療センターでは、口腔機能低下に関連する疫学研究や介入研究を実施しており、毎年1,000名以上の地域在住高齢者や要介護高齢者の方の口腔機能の評価を行っています。

患者さんの加齢による変化に気付くヒント

口腔機能低下のサインは、日常臨床の場での観察やコミュニケーションの中にも潜んでいるため、患者さんの「ちょっとした変化」に気づくことが第一歩です。

観察から 分かること

- 水を使った処置でむせやすい
⇒ 舌圧の低下によって舌口蓋閉鎖が不十分
- ミラーが頬粘膜にはりつく
⇒ 口腔粘膜の水分量が低下し口腔乾燥状態
- 歩くスピードがゆっくりになった
⇒ 下肢の運動機能の低下
- ふくらはぎの太さをチェック(指輪っかテスト)
⇒ 低栄養やサルコペニアのリスクあり
- 患者さんの自覚の有無を引き出すために
口腔機能に焦点を絞った「Yes/No」で
答えられるクローズドクエスチョンが効果的
- 会話の聞き取りにくさがないか
⇒ 発音の明瞭度が低下

コミュニケーション から患者さんの 気づきを引き出す

【指輪っかテスト】

サルコペニアの危険度の高まりとともに、様々なリスクが高まっていくことがわかってきています。



低い

サルコペニアの危険度

高い

※「指輪っかテスト」は、東京大学高齢社会総合研究機構が実施した柏スタディをもとに考案されました。
東京都高齢社会総合研究機構・飯島勝矢：フレイル予防ハンドブックより引用
Tanaka T, et al. Geriatr Gerontol Int. 18: 224-232. 2018.

転倒・骨折
などの
リスク

オープンクエスチョン

Q お口のことで困り
ごとはないですか？

クローズドクエスチョン

Q お口が渴いて気になることはありませんか？
Q 硬いものが噛みにくいことはありませんか？

口腔機能検査導入時のヒント

口腔機能の 評価を 「見える化」

- まずは簡単で、コストのかからないオーラルディアドコキネシスなどの検査から始めてみてください。患者さんに数値で示し口腔機能の評価することに関心をもってもらい、7項目からなる口腔精密検査の実施につなげていくのも一案です。
- 疫学調査に参加された高齢者の方からは、「こんな風に数値になるなんて知らなかった」、「面白い」、「普通に通っている歯医者さんでもやってもらえるの?」といったコメントが多いです。検査のメカニズムや数値の示す意味をわかりやすく説明すると「もっと知りたい」、「自分の状況はどうなんだろう?」といった好奇心につながります。

「オーラルフレイル」の人が抱えるリスク

身体的フレイル	2.4倍
サルコペニア	2.1倍
要介護認定	2.4倍
総死亡率リスク	2.1倍

調査開始時の年齢、性別、BMI、慢性疾患、抑うつ傾向、認知機能、移行形態、年取や後遺症などの影響を考慮した量、要介護認定、総死亡率リスクでは調査開始時のフレイルも考慮した値。
【出典】Tanaka T et al. J Gerontol A Biol Sci Med Sci. 2017

患者さん自ら、口腔機能低下による不具合の訴えがあることは稀なケースだと思います。初期段階の機能低下がもたらす生活上の不具合は小さいためです。「年のせい」と片付けられてしまったり、柔らかいものを食べるなどの対抗で回避できてしまうために、患者さん自身の自覚が乏しいという側面があります。しかし、実際には口腔機能のささいな低下の重複が、フレイル、要介護認定や総死亡率リスクにつながる事が研究でも明らかになっています。

口腔からはじまるフレイル予防・健康生活を目指して、患者さんの口腔機能に是非着目してみてください！

※2021年11月現在の情報です。

