

教えて! ドクター

Q & A

Q 歯が無い状態していると、健康寿命にも影響すると聞きましたが本当ですか。

A 2021年4月に日本歯科総合研究機構が発表した論文「歯数とアルツハイマー型認知症との関連」によると、歯数が少ない人、失った歯数が多い人ほどアルツハイマー型認知症のリスクが高いと発表されました。これは、歯周炎または歯の欠損のある60歳以上の467万人の患者さんを対象として、アルツハイマー型認知症病名の有無との関係を研究したものです。その結果、年齢の影響を統計的に除外しても、歯数が少ない人、欠損歯数が多い人ほどアルツハイマー型認知症のリスクが高いことが明らかになりました。

さらに今年6月、九州大学大学院歯学研究院の研究グループが65歳以上の約2万2千人の調査から「奥歯の噛み合わせが失われるとアルツハイマー型認知症の発症リスクが高まる」という研究結果も発表しました。奥歯の噛み合わせがそろっている人に比べて、歯の欠損により噛み合わせの一部が失われた人は、認知症の症状が1.34倍表れやすく、前歯を含めて全く噛み合わせの無い人だと1.54倍高かったようです。その理由として、奥歯の喪失により、脳血流が減少、栄養状態の低

下、会話困難や自信喪失による社会活動の低下が進み、認知症の進行リスクが高まるということです。

これらの論文からも、できるだけ噛める歯が多い方が健康寿命のためにも重要であることが分かっています。ですが、実際に私の経験でも、インプラント治療を受け、20年、25年の長期間メンテナンスに通う患者さんを診ていて感じていることです。高齢でもいつも元気で、そして性格が明るい方は、共通して食べ物をしっかり噛める歯があります。また、交通事故で脳に障害を受けた方がインプラント治療を受けて、徐々に脳の機能が回復し、症状が改善していったことがあります。つまり、たとえ歯を失っても入れ歯やインプラントなどで噛み合わせを回復することが脳にも影響を与え、高齢者にとって認知症予防に役立つと歯科医師として実感していたことが学術的に裏付けられ、歯科治療が健康寿命につながることを改めて認識できました。

歯があることは認知症予防につながりますが、なによりも自分で何でも食べられる状態で日々を過ごせるのは幸せなことではないでしょうか。

今回答えていただいた先生



山口歯科医院
副理事 山口 友輔

昭和大学歯学部卒業、日本歯科大学生命歯学部生命歯学研究科大学院卒業、歯学博士。元東京医科歯科大学歯科口腔外科兼任助教。日本口腔インプラント学会所属、日本口腔外科学会所属、日本歯科薬物療法学会所属、医療法人社団友生会副理事。日本口腔インプラント学会 専門医であり、ニューヨーク大学/コロンビア大学 審美インプラントプログラム卒業の山口副理事長と共に医院運営に携わる。