



## オーラルフレイル

歯科医学にも専門が色々あり、歯周病やう蝕を治療する保存科、銀歯や義歯（入れ歯）を作成する補綴科や小児歯科、予防歯科など、一般的な歯科医院の先生方が治療されている仕事以外に、矯正歯科、歯科放射線科、歯科麻酔科、口腔病理、歯科口腔外科などがあります。

当科は歯科口腔外科を標榜しており、扁平苔癬などの粘膜疾患、親知らずの抜歯、のう胞摘出、顎関節症、三叉神経痛などの神経性疾患、顎顔面外傷、炎症、口腔がんなどの治療に特化した科になります。また、高血圧や糖尿病など慢性疾患、心・腎・肝疾患、各臓器の癌等を患っている患者さんなど全身状態に留意し、各専門の医師と連携を図りながら歯科医療を行っています。

口腔の機能は、話をする（構音）、かみ砕く（咀嚼）、飲み込む（嚥下）です。体に栄養を取り込み、自分の気持ちを相手に伝える重要な臓器と考えます。口に関する些細な衰えを放置して、この3つの機能の低下してしまい、さらには心身の機能低下まで繋がる負の連鎖が生じてしまうことに対して警鐘をならす概念があります。それは、「オーラルフレイル」です。具体的には、歯数の減少、咀嚼力や舌圧の低下（不適合な入れ歯など）、食べこぼしやわずかなむせ、噛めない食品が増える等の主観的な要素などの重複が、サルコペニア（筋

肉虚弱症）の発症や要介護認定数、総死亡リスクに有意に関連しているエビデンスがあります。オーラルフレイルは、サルコペニアを中心とするサイクルで示される負の連鎖の口腔版といえます。

超高齢化社会に世界に類を見ないスピードで突入している日本において、フレイル予防、フレイル対策は国の国家戦略に位置付けられ、2016年の「ニッポン一億総活躍プラン」、2018年の「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施に関する有識者会議」でも重要性が注目され協議されています。このフレイル対策では、社会的問題（独居、貧困等）、精神心理的問題（認知症、抑うつ等）に対する対策など地域包括ケアシステムの構築が提言されていますが、当科で担えるのは、口腔機能の維持、回復する事で社会生活（ご飯を食べ、買い物に行き、地域コミュニティに参加する等）を営み続けることと考えます。う蝕治療、銀歯、入れ歯を作ることで咬合（かみ合わせ）を維持しましょう。歯周炎予防（歯石除去、口腔ケア等）で細菌性心内膜炎・動脈硬化症・糖尿病等の悪化を防ぎましょう。生命を維持するための摂食ではなく、楽しんで、おいしく食事をする喫食が維持できるようにしましょう。口は命の入り口、心の出口です（学会ポスターで感銘した言葉です。）。



# LINE@

JA秋田たかのす営農部  
公式アカウント

## 友だち募集中!!

稲作や園芸情報など  
素敵な最新情報を配信!

LINEアプリの「友だち追加」→  
「QRコード」から右のQRコード  
を撮影しご登録ください。



@jaakitatakanosu

〒018-3454 秋田県北秋田市脳神字脳神園ノ内17-1 TEL 0186-63-1140

暮らしと電気安全 11月 スイッチやプラグが熱くなっていますか。

スイッチやコンセント、プラグやコード等が使用中に熱くなる原因は、電気の使いすぎか、接触不良が多いようです。そのまま使用していると、過熱して火災の原因になる事もあります。最寄りの電気工事店または家電販売店に相談してください。（大型の電気器具は、使用中にコンセントやプラグが多少温かくなることはあります。）