



市立砺波総合病院 ☎32-3320

## 口腔機能低下が

# フレイルに繋がる

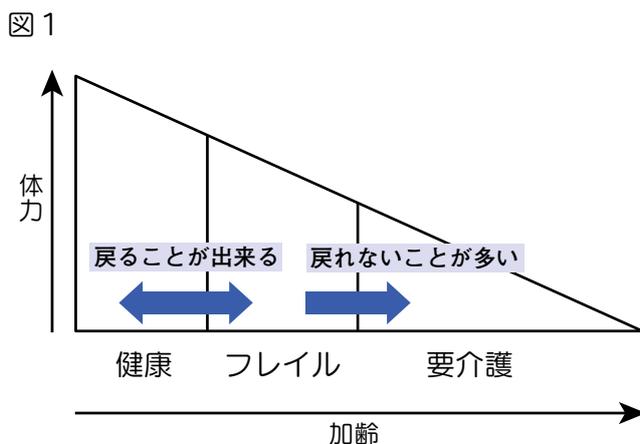
歯科口腔外科 元川 賢一郎

フレイルとは、健康から要介護へ移行する中間の段階のことです。年齢を重ねたことで、以前の健康な状態と比較して心身ともに脆弱した状態のことをいいます。現代の日本では、約300万人がフレイルに該当しているといわれています。フレイルは、可逆性の状態であり、この時期に適切な介入をすることで、フレイルの状態を脱し、健康な状態に戻ることが出来ます(図1)。健康な生活には、フレイルを早期に発見し、適切に対処することが重要となります。

### フレイルと口腔機能低下との関わり

現在、約7割の男性高齢者が、75歳を境に徐々に自立度を低下させ、フレイルの状態を経て10年ほどかけて、要介護の状態になることがわかっています。この、自立度の低下には、口腔機能低下も含まれます。

口腔機能低下とは、食事時間が長くなり、ムセや食べこぼしが多くなるといったことをさします。口腔機能低下は、義歯の不具



合や咬み合わせの異常で起こる場合もあれば、脳血管障害や筋ジストロフィー、認知症などによっても発生します。

口腔機能低下は、フレイルを見抜くことができる症状の一つです。また、フレイルを悪化させ、要介護に陥る原因とされています。

### 口腔機能低下による生活の変化

例えば、不具合のある入れ歯を長期間使用したり、口腔内に不具合を抱えながら未治療な状態が続いたりすると、見た目の問題や低くなった食事能力から、出かけることや外食を避ける原因となります。これに

より、社会性は欠如し運動量が低下、結果的に食欲・食事量の低下につながり、低栄養やサルコペニア(筋肉減少症)を引き起こすとされています。入れ歯や咬み合わせに違和感がある方は、歯科医院に通院できる健康なうちに治療を受けることが望ましいです。

### 口腔機能低下の治療について

口腔機能の低下が気になる方は、まずは、地域の歯科医院を受診してみてください。その原因が入れ歯や虫歯によるものであれば、地域の歯科医院の治療で改善することができます。当科と砺波市周辺の歯科医院は、月1回勉強会を開催するなど、密に連携をとっていますので、当院での治療が必要と判断された場合は、速やかに当院に紹介されることとなります。

口腔機能低下が飲み込みの問題(摂食・嚥下障害)からきている場合もあります。当院では、専門的に内視鏡やレントゲンで、飲み込みに異常がないか評価することができます。また、当院には、飲み込み専門の医療チームもあり、食事や飲み込み向上の訓練・指導を行うことができます。

フレイル(口腔機能低下)でお悩みの方、関心をもたれた方は、お気軽にご相談ください。