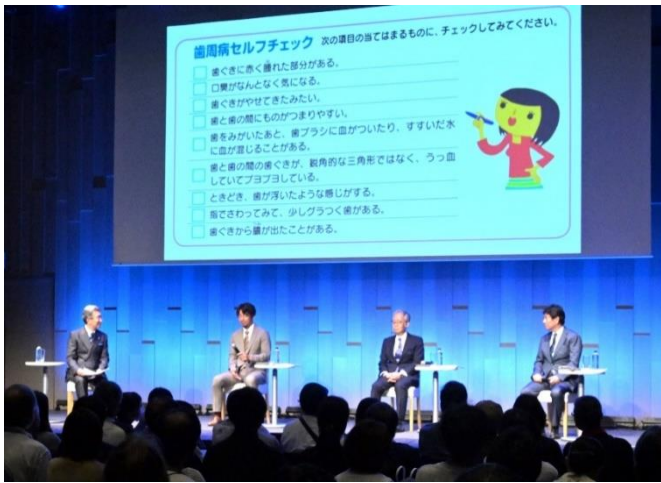


令和5年7月14日（金）配信

今すぐできる 100 年 health の健康寿命対策 ～歯周病から考える全身の健康～ 第 28 回口腔保健シンポジウムに 1,220 名が参加



シンポジウムの様子

世界口腔保健学術大会記念「第 28 回口腔保健シンポジウム」(主催：日本歯科医師会 (以下、日歯)、協賛：サンスター株式会社) が 7 月 8 日、「今すぐできる 100 年 health の健康寿命対策 ～歯周病から考える全身の健康～」のテーマで開催され、会場 220 名、オンライン 1,000 名の計 1,220 名が参加しました。

主催者挨拶で、日歯の高橋英登会長は、国民が健康で長生きし、良い人生を送れるようにすることが日歯の大きな目標であると話しました。また、海外と比較して日本の皆保険制度の素晴らしさを強調しながら、人生の最期まで自分の歯で食べられ

るようにわれわれは支援していきたいと述べました。

シンポジウムは、パネルディスカッションと基調講演で構成。司会は、元 NHK エグゼクティブアナウンサーの石澤典夫氏が担当し、第 1 部のパネルディスカッション「100 年 health を口から考える」では、山口県歯科医師会会長の小山茂幸氏と元プロ野球選手の鳥谷敬氏がパネリストを務めました。次の基調講演「歯周病が全身の健康に及ぼす影響とは？」では、大阪大学大学院歯学研究科教授の村上伸也氏、最後の第 2 部のパネルディスカッション「健康寿命延伸のための歯周病対策」では、村上氏、小山氏、鳥谷氏がそれぞれ登壇しました。

第 1 部・パネルディスカッション 「100 年 health を口から考える」

小山氏は、ライオンと鹿の骨格の標本を見せながら、動物は歯がなくなると食べることができなくなるため死んでしまうが、人間は義歯などを入れ、しっかり噛める状態にすることができることを説明しました。また、平成元年より始まった 8020 運動について、令和 4 年の歯科疾患実態調査（厚生労働省）では、8020 達成者が 51.6% で、世界で最も成功した国民運動の一つであることを紹介。さらに、残存歯数が多いければ、医科医療費が低くなるとの調査結果も披露しながら、歯を残すことの重要性を説きました。

一方、そのような中歯を失う原因として最も多いのが、歯周病であり、全身の健康にも大きな影響があると話しました。



小山 茂幸 氏

基調講演 「歯周病が全身の健康に及ぼす影響とは？」



村上 伸也 氏

村上氏は、歯周病についてギネスブックに全世界で最も患者が多い感染症であることが掲載されていることを紹介しました。そして、歯周病のメカニズムなどを説明し、歯周組織の健康は、「体の抵抗力」と「歯周病菌の勢い」のバランスで決まり、歯周病菌の勢いが勝ったり体の抵抗力が減弱すると、歯周病が発症・進行すると述べました。さらに歯周病の発症・進行に影響を及ぼすリスク因子として、環境因子では生活習慣、喫煙、ストレス等、宿主因子は遺伝的要因、全身疾患、免疫能等、細菌因子として歯周病原細菌、プラーク停滞因子を挙げました。

そして、歯周病は、誤嚥性肺炎、糖尿病、早産・低体重児出産、アルツハイマー型認知症など全身の健康に影響を及ぼす可能性があることを指摘し、全身の健康を確立するためにも「お口の健康」の確立が大事であると話しました。

第2部・パネルディスカッション 「健康寿命延伸のための歯周病対策」

村上氏は、健康寿命の延伸に向けて、年齢を重ねるに連れて身体や口腔環境が変化することから、年齢に応じた口腔健康管理の必要性を説くとともに、歯周病かもしれないと思ったら早めに歯科医院の受診を勧めました。

小山氏は、セルフケアにおいて、歯ブラシだけでは歯間部のプラークを6割程度しか除去できないとのデータを示した上で、歯間ブラシやフロスの補助道具を利用しながら効率よくプラークを除去してほしいと述べると同時に、定期的に歯科医院でプロフェッショナルケアをしてもらうよう呼びかけました。



鳥谷 敬 氏

また、サンスター財団・歯科衛生士の市川洋子氏が歯間ブラシ選びのポイントやお手入れの方法、交換の目安などについて紹介しました。

最後に鳥谷氏は、「シンポジウムを通じて歯周病の怖さを知ることができた。お口の中についても日頃から気付いていくことが大切であると同時に、歯を大事にすることによって健康も維持できることが分かった。自分に合った続けられる方法を見つけながら、定期的に歯医者さんに通ってほしい」と述べました。

なお、シンポジウムの開始前には、歯科医師による「歯科相談」や、洗口体験、パタカラアプリ体験なども実施されました。本シンポジウムの模様は、(1) 7月31日付読売新聞全国版朝刊 (2) 7月中に日歯HPに動画を掲載する予定としていますので、ぜひご覧ください。

●問い合わせ先

公益社団法人日本歯科医師会 広報課

TEL : 03-3262-9322

FAX : 03-3262-9885

日本歯科医師会ホームページ <https://www.jda.or.jp/>



日本歯科医師会 PRキャラクター