

乙訓歯科医師会から健康教室

Dental Association Otokuni

国民皆歯科健診について(年代別に見るその重要性)

2025年に政府が発表した「骨太の方針」で、「国民皆歯科健診」の具体化が明記されました。なぜ今歯の健康が注目されているのでしょうか。それは歯周病が糖尿病や心疾患、脳卒中さらには誤嚥性肺炎などの全身疾患のリスクを高めることが明らかになり、口腔の重要性が改めて注目されているからです。定期的な歯科健診は、むし歯や歯周病を早期に治療し全身の健康維持に繋げ、結果的に健康寿命を延ばします。また健康な歯を維持する事は食生活の質、栄養状態の改善やQOL(生活の質)の向上に寄与します。では年代別に歯科健診の重要性を見てみましょう。

乳幼児期(学童期(0歳~12歳頃))ではむし歯

予防が最も重要です。特に歯が生え始めたばかりの永久歯はむし歯になりやすく進行も早いので、早期発見・早期治療が不可欠です。フッ化物塗布やシーラントなどの予防処置、正しい歯磨き習慣の確立が重要です。この時期の歯科健診は、親への啓発と子どものむし歯予防の習慣化に役立ちます。

思春期(青年期(13歳~20代))は永久歯が生え揃い、部活動や学業で忙しく口腔ケアがおろそかになりがちな時期です。歯肉炎やむし歯のリスクが高まるため、定期的な健診とフロスや歯間ブラシの使用を含むセルフケア

「口腔」の重要性に注目 年代別の観点ふまへ

アの徹底が重要です。この時期の歯科健診は若年の歯科受診の習慣化を促し、将来の口腔疾患予防に繋がります。

成人期(30代~60代前半)

は歯周病の発症・進行が心配な年代です。ストレスや不規則な生活習慣も歯周病のリスクを高めます。自覚症状がないまま進行することが多いため、定期的な歯科健診による早期発見と専門的な歯周病治療、適切なブラッシング指導が不可欠です。この時期の歯科健診は、多忙な成人期の歯周病の重症化を防ぐ上で大きな意味を持ちます。

高齢期(60代後半~)

では加齢に伴い、歯周病の進行、むし歯の再発、義歯の使用とそれに伴うトラブル、口腔乾燥症などの問題が発生しやすくなります。誤嚥性肺炎のリスクも高まるため、定期的な健診に加え、口腔機能訓練や嚥下指導なども重要になります。この時期の歯科健診は、高齢者のQOL維持、健康寿命の延伸に大きく寄与します。

(乙訓歯科医師会
会長 大橋建明)

乙訓歯科医師会ホームページ

<http://www.kda8020.or.jp/otokuni/>