

オーラルフレイルって知っていますか？

－ 元気のもとはお口から －



菊谷 武 (きくたに たけし)

日本歯科大学 教授

日本歯科大学大学院生命歯学研究科 臨床口腔機能学

日本歯科大学口腔リハビリテーション多摩クリニック 院長

1988年	日本歯科大学歯学部卒業
2001年10月より	日本歯科大学附属病院 口腔介護・リハビリテーションセンター センター長
2010年4月より	日本歯科大学 教授
2010年6月	日本歯科大学大学院生命歯学研究科臨床口腔機能学 教授
2012年1月	東京医科大学兼任教授
2012年10月	日本歯科大学口腔リハビリテーション多摩クリニック 院長

平成 26 ～ 28 年度厚生労働科学研究費補助金（長寿科学総合研究事業）「地域包括ケアにおける摂食嚥下および栄養支援のための評価ツールの開発とその有用性に関する検討」主任研究者

〈著書〉

『チェサイドオーラルフレイルの診かた』医歯薬出版

『絵で見てわかる－認知症「食事の困った！」に答えます』女子栄養大学出版

『絵で見てわかる－入れ歯のお悩み解決』女子栄養大学出版

『食べる介護がまるごとわかる本』メディカ出版

歯科界で長く取り組んできた 8020 運動も功を奏し、高齢者の現在歯数は増加を示し目標達成者は 5 割を超えました。しかし、依然として口腔機能を低下した者の数は増え続けています。その増加は人口の高齢化に伴う身体機能障害、認知機能障害を有する者の増加と無縁ではありません。口腔機能は、歯による噛み合わせの存在だけでなく、口腔の運動機能にも大きな影響を受けます。舌の運動機能をはじめとする口腔機能は加齢により低下します。さらに、加齢と伴にその発症率を増加させる脳血管疾患や神経変性疾患等によっても口腔機能は障害されます。つまり、歯の喪失による咀嚼障害（器質性咀嚼障害）を有する者は減じても口腔機能の低下による咀嚼障害（運動障害性咀嚼障害）を有する者は増加していると考えます。東京大学高齢社会総合研究機構の秋山弘子氏が行った全国高齢者 20 年の追跡調査からわかった高齢者の自立度の変化パターン（男性）によると、約 7 割の高齢者が 75 歳を境に徐々に自立度を低下させ、10 年ほどかけてほぼ全てが介助が必要となることが示されています。この過程は、フレイルという状態から要介護状態に至る課程を示していると言えます。ここでみられる自立度の低下の原因となる身体機能の低下や認知機能の低下は、口腔機能の低下（オーラルフレイル）と強く関連を示し、原因にも結果にもなり得ます。本講演では、このオーラルフレイルについて解説し、どう対応すればよいのか解説します。