

緑茶摂取と歯数喪失の関連について：大崎市民コホート研究 2006 の横断調査

Association between green tea consumption and tooth loss: cross-sectional results from the Ohsaki Cohort 2006 Study.

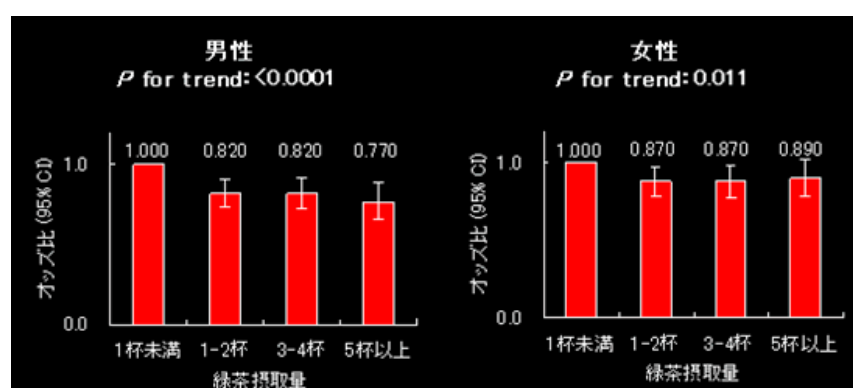
2010 年 Preventive Medicine 発表

緑茶摂取と歯数喪失は逆相関する

45 歳以上で歯を喪失する原因の大部分は齲蝕と歯周病によると言われています。これらは口腔内微生物を原因として生じることが知られています。他方、緑茶カテキンにはこれらの微生物に対する抗菌作用があるという実験結果が多数発表されています。この抗菌作用を考慮すると緑茶摂取と歯数喪失には関連が生じる可能性があります。この点に着目したヒトを対象とした疫学的な研究はほとんど行われていません。そこで本研究では宮城県内の調査集団（コホート）のデータを解析して、緑茶摂取と歯数喪失にどのような関連があるかを調査しました。

緑茶を飲む杯数によって解析対象者を4つの群（1日1杯未満（参照グループ）、1～2杯、3～4杯と5杯以上）に分け、参照グループと比較して他のグループで歯数喪失者の割合にどのような関連があらわれるかを解析しました。その結果、緑茶を1日1杯以上摂取した群では1杯未満の群と比べて、男性で約2割、そして女性で約1割、歯の喪失が少なく、その割合は（1杯以上であれば）杯数にほとんど依存しないという関連を見いだしました。

緑茶摂取と歯数喪失の関連（歯数のカットオフ点：20本）



研究のデータについて

本研究は2006年の12月に実施した大崎市民健康調査を用いて解析しました。大崎市民健康調査は40～64歳（当時）の住民46,407名を対象に実施したアンケート調査で、26,512名から有効回答を得ました。本研究では緑茶摂取に関する質問、残存歯数に関する質問に完全回答した25,078名について解析を行いました。

緑茶の摂取について

緑茶の摂取頻度は、アンケートの回答から得ました。摂取頻度は「飲まない」、「ときどき飲む」、「1日1～2杯」、「1日3～4杯」、「1日5杯以上」の中から選択していただきました。「飲まない」、「ときどき飲む」と回答した方は少なかったため、2つを合わせ「1日1杯未満」として解析しました。この地域の人が飲む緑茶1杯の平均分量はおおよそ100mlでした。

残存歯数について

残存歯数は、アンケートの回答から得ました。自己回答で「まったくない（0本）」、「ほとんどない（1～9本）」、「半分くらいある（10～19本）」、「だいたいある（20～24本）」、「ほとんどある（25～27本）」、「全部ある（28本）」の中から選択していただきました。歯数のカットオフ点は10本、20本と25本にとり、解析を行いました。歯数のカットオフ点の変更による結果の質的な違いはあらわれませんでした。

他のリスク要因の影響について

この研究では、緑茶摂取と歯数喪失に関連すると考えられる要因の影響を考慮してデータの解析をしました。具体的には、年齢、歯磨きの頻度、学歴、BMI、歩行時間、脳卒中・心筋梗塞・糖尿病・がんの既往歴、喫煙、飲酒、甘味物・みそ汁・大豆製品・牛乳・コーヒー・紅茶・中国茶の摂取頻度、魚とエネルギーの摂取量といった要因について、緑茶を飲む頻度によって解析対象者を分けた群の間に偏りがなくなるように統計学的な処理を行いました。

研究の特徴と限界について

この研究で1日1杯以上緑茶を摂取すると歯を喪失しにくいという関連が示されました。この研究の結果は、一般住民を対象とした大規模な調査で、様々な要因の影響を考慮して得られたものであり、同様の調査を行った横断研究と比較して信頼度が高いと考えられます。ただし、横断研究であるため時間的な前後関係は不明であるということ、残存歯数は自己回答によるもので、実際の歯数がその回答通りなのかについての調査が行われていないこと、そして、有効回答率（57.6%）が低いという限界があります。
