

# 現在歯数および口腔ケアと健康寿命との関連：大崎コホート 2006 研究

Association between the number of remaining teeth and disability-free life expectancy, and the impact of oral self-care in older Japanese adults: a prospective cohort study.

2022 年 BMC Geriatrics 発表

## 歯数の減少した高齢者において、2 回以上/日の歯磨き・義歯の使用を行っていた群は、そうでない群と比べ健康寿命が長い

先行研究では、歯の本数が少ない高齢者では健康寿命が短いことが報告されています。しかし、歯磨きや義歯の使用といった口腔セルフケアが、歯数の減少した高齢者において健康寿命にどのような影響を及ぼすか検討した研究はありませんでした。

本研究は、大崎コホート 2006 研究の調査データを使用し、65 歳以上住民を対象に、歯数（0-9 本、10-19 本、20 本以上）ごとに口腔セルフケア（2 回以上/日の歯磨き・義歯の使用・定期的な歯科検診）の実施状況と健康寿命との関連を、前向きコホート研究により検証しました。その結果、歯の本数が 0-9 本の者において、2 回以上/日の歯磨きを行っている者ではそうでない者と比べて男女ともに約 1.6 年、義歯を使用している者では男性で約 3.1 年、女性で約 3.0 年、健康寿命が長いことが分かりました。また、歯の本数が 10-19 本の者において、2 回以上/日の歯磨きを行っている者では男性で約 1.8 年、女性で約 1.9 年、健康寿命が長いことが分かりました。（図）

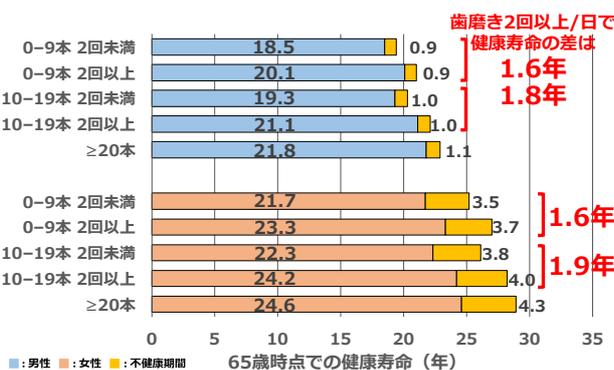


図1 現在歯数および歯磨きと健康寿命との関連

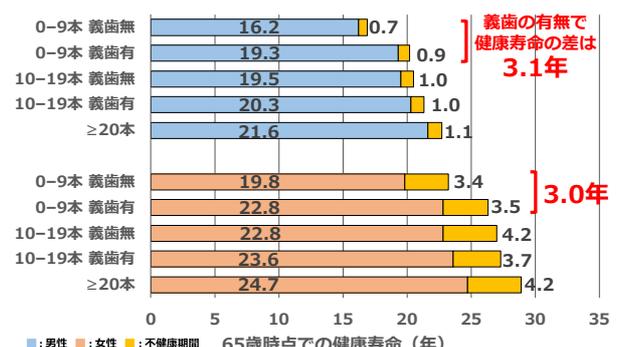


図2 現在歯数および義歯使用と健康寿命との関連

## 研究のデータについて

本研究は、2006 年に大崎市で実施した大崎市民健康調査のデータを用いて分析を行いました。調査開始時点で 65 歳以上であった住民 31,694 名を対象とし、23,091 名から有効回答を得ました。本研究ではこのうち、要介護認定の情報提供に同意されなかった方、調査開始時点で要介護認定を受けていた方、現在歯数の質問に回答しなかった方などを除いた 14,206 名について解析を行いました。

## 他のリスク要因の影響について

本研究では、現在歯数と健康寿命に関連すると考えられる要因の影響を考慮するために、いくつかの層別解析を行いました。具体的には、歩行時間（1 日あたり 30 分以上 vs それ未満）、BMI（標準 vs 肥満・やせ）、喫煙歴（非喫煙・禁煙 vs 現在喫煙）、教育歴（高卒以上 vs それ未満）で層別しました。その場合でも同様の結果が再現されたため、これらの要因とは独立していると考えられます。

## 研究の特徴と限界について

この研究の特徴は、①歯数の減少した高齢者における口腔ケアと健康寿命との関連を、前向きコホート研究により世界で初めて示した点、②14,206 名という比較的大きい規模で、高齢の一般住民を対象とした前向きコホートデータを用いた点が挙げられます。一方、この研究における限界としては、①介護認定情報の利用に不同意である者の人数が一定数存在し、研究における選択バイアスの可能性を排除できない点、②歯数および口腔ケアの情報はベースラインでの 1 回しか調査されておらず、時間依存的変化を考慮することかできない点が考えられます。