

## 第 19 回 南多摩保健医療圏 地域保健医療福祉フォーラム 抄録

所 属 : 公益社団法人 東京都町田市歯科医師会  
 発表者 : 奥主 嘉彦 (オクヌシ ヨシヒコ)  
 電話番号 : 042-726-8018  
 FAX 番号 : 042-729-8238  
 E-mail : smile@dent-machida.com  
 タイトル : 高齢者歯科口腔機能健診による早期の口腔機能トレーニング介入の有用性

### 1. はじめに

町田市では、2017 年より市の協力のもと、市民の口腔機能の維持向上を通し、全身の健康維持を図る事を目的として従来の「成人歯科検診」に咀嚼、嚥下能力の評価項目を加えた「高齢者歯科口腔機能健診」を開始した。

本報告は、2017 年 4 月 1 日～10 月 31 日の期間に本健診を受診した町田市民 336 名を対象とし咀嚼能力評価、嚥下機能評価を実施し訓練に介入した事例を報告する。

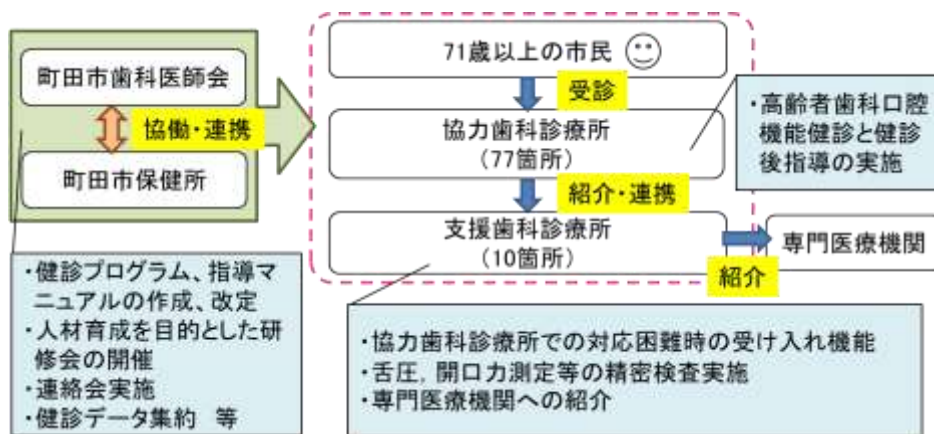
### 2. 高齢者歯科口腔機能健診の概要

本健診への協力歯科診療所は町田市内に 77 診療所、またより精密な検査を行う支援歯科診療所を市内に 10 診療所設置した。

健診後は結果に応じて異常なし、低リスク群、中リスク群、高リスク群に分類した。

健診にて高リスクの口腔機能低下と診断された場合は、支援歯科診療所に受診する。また、支援歯科診療所でも対応困難な場合、嚥下指導医のいる町田障がい者歯科診療所嚥下リハビリテーション外来または嚥下専門医のいる病院に受診してもらう事とした。(図 1)

図 1



### 3. 健診方法

咀嚼能力評価には、咀嚼能力チェックリスト用紙、咀嚼チェックガムを用いた。

咀嚼能力チェックリスト用紙とは、9つの食物の形状について評価し3段階に分けその合計の13点未満を機能低下の可能性ありとした。

また、咀嚼チェックガムは1秒間に1咀嚼、1分間に計60回咀嚼させガム色の変化で咀嚼機能を評価し、ピンク色、赤色は機能低下の可能性ありとした。

また、臼歯部の咬合状態、義歯装着の有無も検査対象とした

嚥下機能評価には、地域高齢者誤嚥リスク評価指標 DRACE、反復唾液嚥下テスト RSST を用いた。

地域高齢者誤嚥リスク評価指標 DRACE とは、摂食嚥下機能低下によって生じる代表的な12個の臨床所見の発現頻度を元に誤嚥リスクをスコア化（3段階）した評価方法であり5点以上を機能低下の可能性ありとした。

反復唾液嚥下テスト RSST は、喉頭隆起を触知し30秒間で何回空嚥下が可能かをカウントし通常通り空嚥下3回未満を機能低下の可能性ありとした。

異常なし（咀嚼能力、嚥下機能共に異常なく主訴なし）の場合、特にトレーニングはないが

簡単な口腔体操の指導を行っている。

低リスク（咀嚼能力、嚥下機能共に異常ないが主訴あり）の場合、予防目的としてトレーニング（口すぼめ呼吸、舌の可動域訓練、頸部回旋、肩の運動、息止め、構音訓練、深呼吸）口腔から頸部にかけて訓練指導を行っている。

中リスク（咀嚼能力もしくは嚥下機能のどちらかが低下の可能性ありと判断）の場合、咀嚼能力低下の際は準備期及び口腔期の維持向上を目的として、舌、頬、口唇の負荷及び持久力トレーニングの訓練指導を行っている。

嚥下機能低下の際は咽頭期の維持向上を目的として、開口力トレーニング、嚥下おでこ体操の訓練指導を行っている。

高リスク（咀嚼能力、嚥下機能共に低下の可能性あり、どちらか一方が低下、またはどちらも低下と判断）の場合、支援歯科診療所にて、舌圧測定器、開口力測定器を用いて機能を測定し、各支援歯科診療所で必要に応じた訓練の指導を行っている。また、訓練指導1か月後に再評価を任意で行っている。

### 4. 健診結果

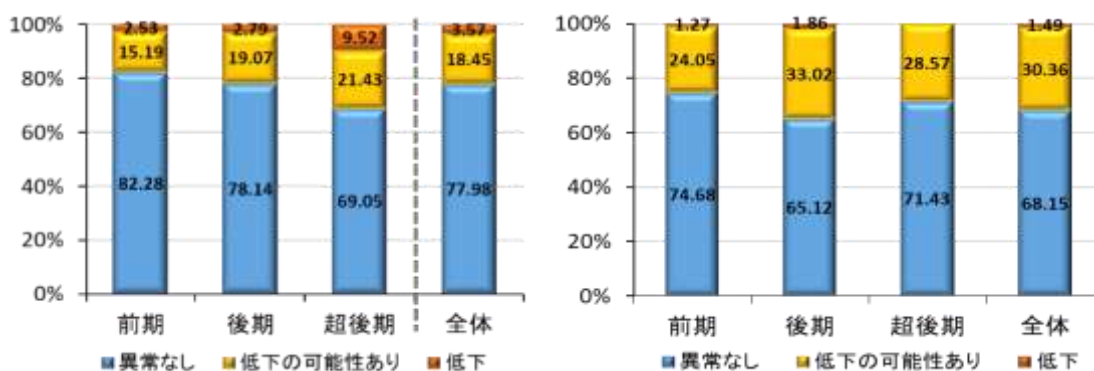
結果、期間内336名の受診者の内、中等度リスクは35名、重度リスクは16名であった。

また年代別として、前期（71～74歳）、後期（75～84歳）、超後期（85歳以上）と設定した。咀嚼能力評価で何らかの機能異常があると判断された受診者は、全体の約22%でその割合は年齢に伴い増加していた。嚥下機能評価で何らかの機能異常があると判断された受診者は、全体の約31%だった。

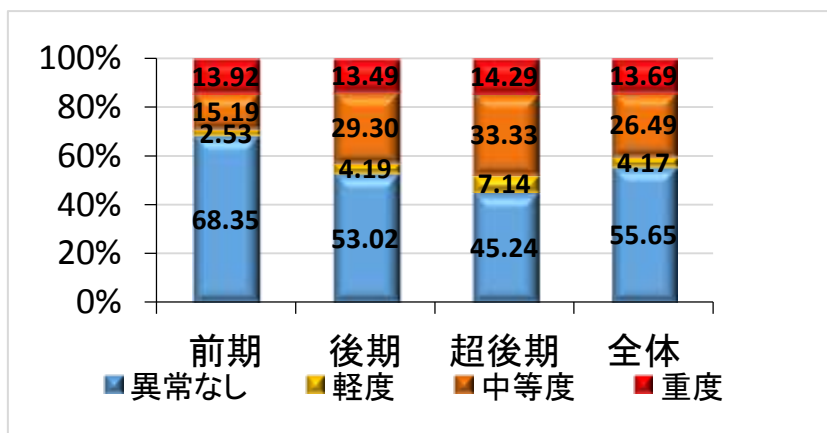
また、総合判定で何らかの機能異常があると判断された受診者は全体の44.4%だった。その割合は年齢に伴い増加し、後期群では47%、超後期群では54.8%であった。（図2）

図2 ～咀嚼能力評価～

～嚥下機能評価～



～総合判定～



## 5. まとめ

口腔機能の低下状態をなるべく数値化し受診者に示すことは、その後訓練を行い口腔機能の向上を目指す受診者のモチベーション維持には有用と考えられる。

本健診は外来患者を対象とした健診の為、比較的軽度リスクの対象者が多く算出された。

この事は、比較的ADLを保持している受診者が多い可能性が示唆された。

ただ、その段階でも全体の約4割の人に何らかの口腔機能異常が認められた事は、オーラルフレイルがプレフレイル（フレイルの前段階）に位置づけられている証拠であり、早期の指導や訓練介入により口腔機能を維持向上させる事は、市民の全身の健康維持、フレイル予防には非常に有用であると考えられる。