

## 歯と口の健康週間に寄せて

沖縄県歯科医師会 専務理事 渡慶次 彰



県内の新型コロナ感染者数も徐々に減少し、5月8日からは5類感染症へ移行されることを受け、3年間中止していた各地区歯科医師会（北部、中部、南部、宮古、八重山）での「デンタルフェア」を開催する準備をしています。（4月20日現在、中部地区が6月3日、南部地区が6月4日、宮古地区が6月11日に開催）

歯科診療所、病院歯科（歯科口腔外科等）、学校歯科健診において県内ではクラスターの発生はありませんでした。これは普段から「スタンダードプレコーション」の理念に基づいた滅菌消毒システムにより感染予防を行ってきたからだだと思います。「デンタルフェア」会場においても十分な感染予防対策を行い実施いたします。

子どもの歯科保健の状況を見ると、沖縄県は3歳児むし歯有病者率と3歳児一人平均むし歯数は減少していますが、全国と比較するとまだ高い割合となっていて、より実効性のある取組を行う必要があります。12歳児一人平均むし歯数は、令和元年度までは年々改善傾向にあり、1.4本まで減少していましたが、令和2年度は全国で唯一増加しました。新型コロナウイルス感染症の影響による学校での取組（給食後の歯みがき、フッ化物洗口等）の中止や、休校による不規則な生活の影響等が推測されます。（資料）

むし歯予防には、セルフケアとフッ化物洗口液でうがいをするのが効果的です。県内においてフッ化物洗口を実施している施設（小・中学校・特別支援学校）は17から10と減少しました。むし歯罹患状況の格差縮小を図るためには、学校等における集団でのフッ化物洗口実施が有効なので、現在、自治体等にも連携を図りながら実施拡大を目指していると

ころです。セルフケアとしてのフッ素配合歯磨剤の高濃度（1450ppm）も6歳以上には効果的です。（高濃度と商品には記載されていますが、日本でも有効濃度の配合と記載ができるようになりました。）

歯周病予防は、初期段階では自覚症状があまりない場合があり、セルフケアだけでなく、歯科医院で行うプロフェッショナルケアも必要です。

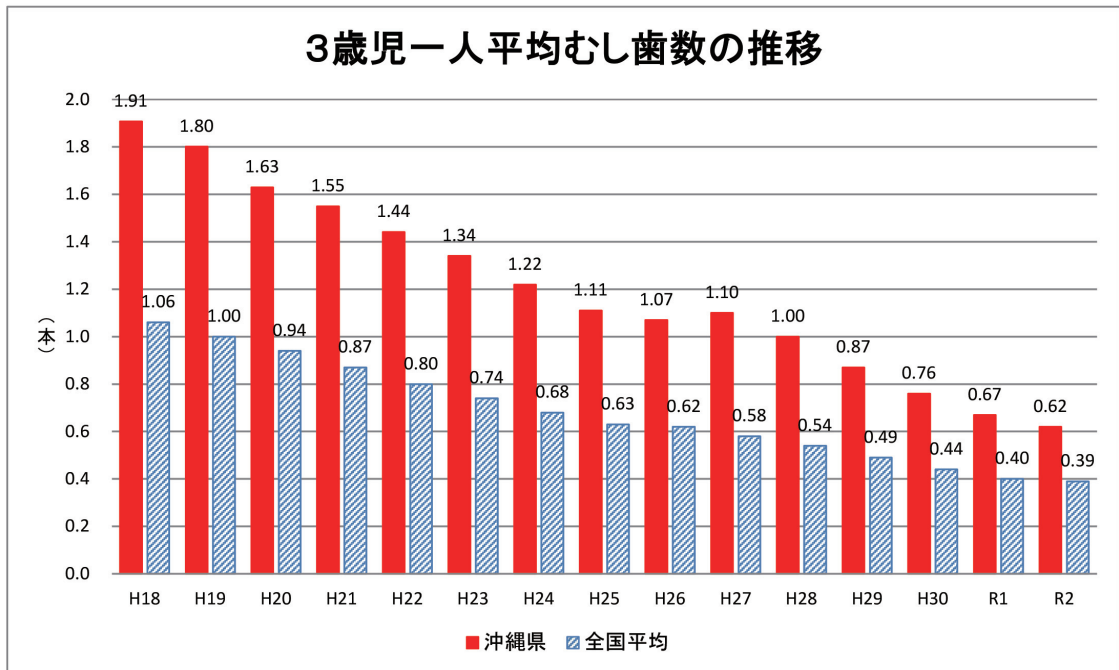
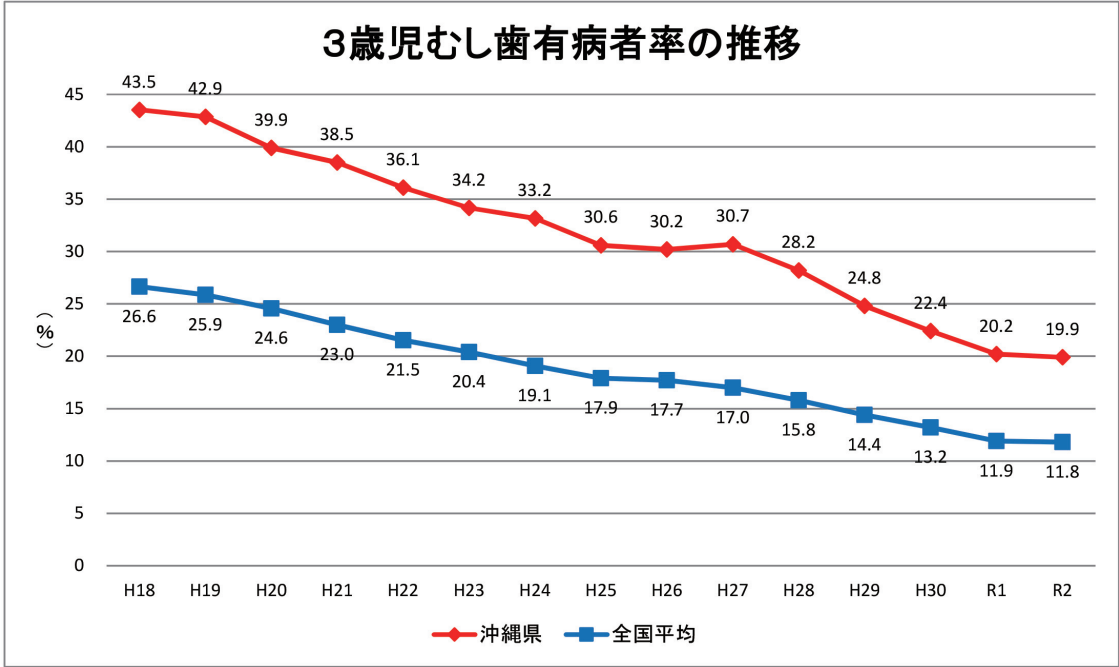
- 歯周病は全身への影響も危惧されており、
- ・誤嚥性肺炎～嚥下障害のある高齢者は、食べ物や唾液、口の中の細菌が気道から肺に入って誤嚥性肺炎を引き起こし死につながる。
  - ・糖尿病～歯周病による炎症性サイトカインはインスリンの働きを妨げるため、糖尿病を発症進行させる。歯周病治療で糖尿病が改善。
  - ・動脈硬化～重度の歯周病は、動脈硬化を進行させる可能性あり。心筋梗塞、脳卒中を引き起こしやすくなる。
  - ・早産・低体重児出産～歯周病菌のプロスタグランジンによって、早産・低体重児出産のリスクが高い。つわりで気持ち悪くて口腔ケアできず、ホルモンの変化もあり歯周病が進行。

高齢者では口腔機能の低下の症状（噛めない、飲み込めない、むせる、滑舌が悪くなる、口腔乾燥）が見られるオーラルフレイルは歯科で対応しており、舌体操や唾液腺マッサージなどの指導も行っています。

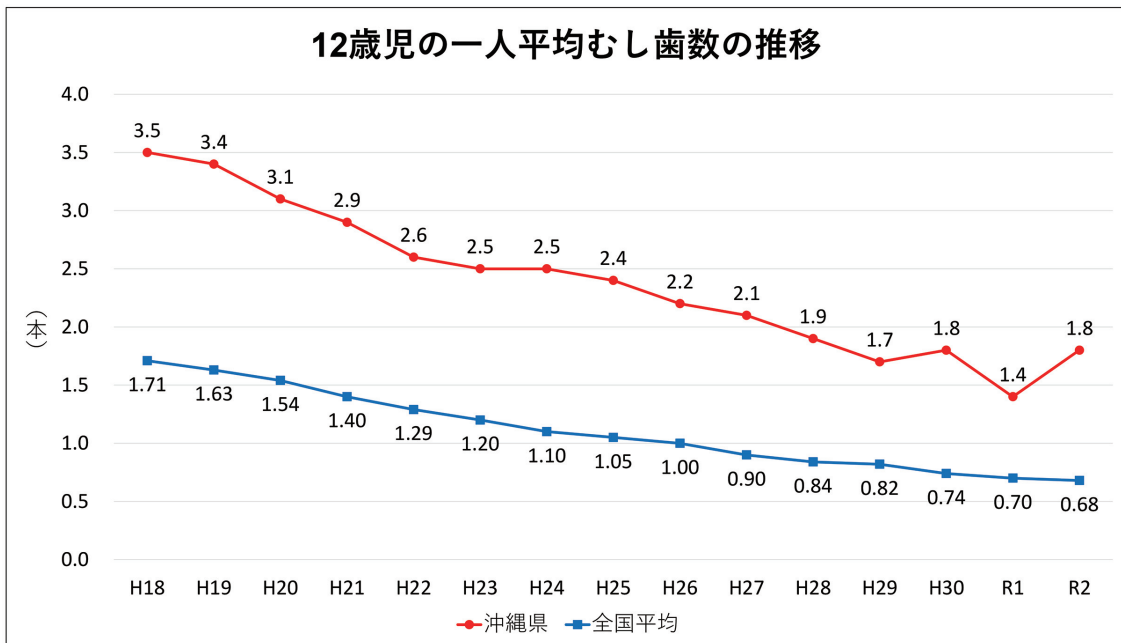
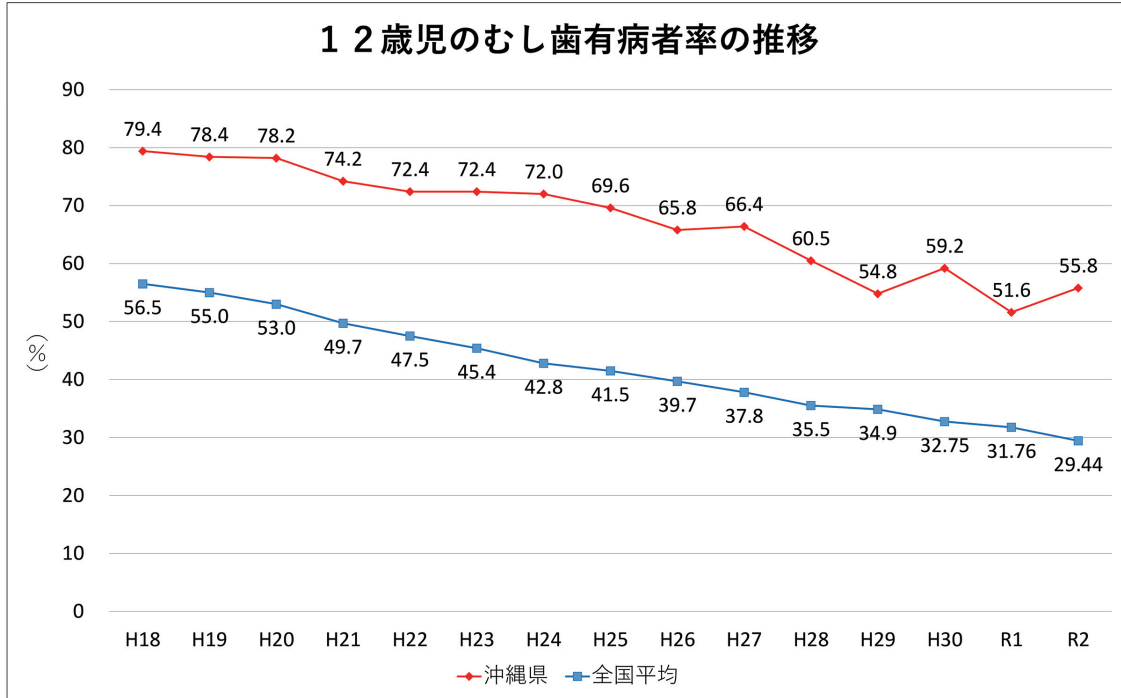
全身の病気のリスクを下げるためにも歯と口の健康を維持し継続することが大切です。

セルフケア、プロフェッショナルケアで歯と口の健康管理をしましょう。

資料



(出典) 沖縄県: 沖縄県の母子保健  
 全国: 厚生労働省母子保健課・歯科保健課調べ(～H25) 健康増進・地域保健事業報告(H26～)



出典：全国・沖縄県：学校保健統計調査結果（文部科学省）