



口腔ケア情報

Brushup

Ver.46

「あなたの老いは舌から始まる」シリーズ②

歯が欠損すると、認知症になる確率が上がる！

食べたり話したりして舌や口を動かすことは脳の活性化を促しますが、歯を失って噛む力が低下すると、口や舌を動かす機会が減っていきます。

次のような高齢者の認知症発生率の調査があります。

- ① 歯がほとんどなく、義歯を使用していない
- ② 歯がほとんどないが、義歯を使用している
- ③ 残っている歯が20本以上
- ④ 残っている歯が19本以下

②③④の認知症発生率には大きな差はないのですが、①の歯がほとんどなく義歯未使用の場合は、②③④に比べ、認知症発生リスクが最大1.9倍になるという結果となりました。

ダメになってしまった歯は抜いた方がよいのですが、抜いたまま放置せず、義歯などで適切に補助し、噛むことを維持することが大切なのです。

特別養護老人ホームに入居中の高齢者に一年間の専門的口腔ケアを行ったところ、対象者の認知機能が維持されたという調査結果もあります。

