

定期健診、全身疾患の予防にも

国民皆歯科健診へ



むけて

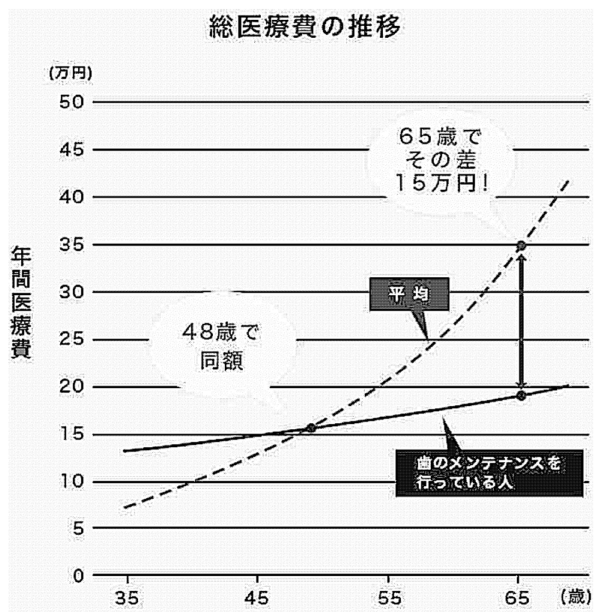
▽...1

歯の健康状態を調べることを目的とした検査が「歯科健診」です。定期的に歯科健診を受け、虫歯や歯周病を防ぎ、かめる歯を残すことは、生涯にわたって好きなものを食べられ、QOL(生活の質)の向上につながります。

さらに、生涯医療費の節約や、多くの全身疾患の予防にもつながります。生涯医療費は平均2300万円かかるともいわれています。歯の定期健診を受け、きちんとケアをすると、年間の総医療費が低くなる傾向にあることが、トヨタ関連部品健康保険組合の調査で分かりました。これは、組合員5万2600人を対象に行った調査で、

十勝歯科医師会理事 小澤秀之 ハートクリニック 院長

歯科健診を定期的に受けているグループが、生涯医療費の一般平均を下回ったのです。定期健診の費用によって、48歳までは医療費が、平均より少なくなりますが、49歳以降は平均を下回るとい結果が出ています。さらに、65歳の医療費で比較すると、定期健診を受けている人が年間約20万円に対して、受けていない人は年間約35万円と、15万円もの大きな差が出てくるのです。定期健診で歯が健康であれば何でも食べられるし、年間



総医療費の推移はトヨタ関連部品健康保険組合と豊田加茂歯科医師会の共同調査結果から

医療費が下がった分は、生活や生きがいとなる趣味に使える費用も増やせるので、よりよい人生を過ごせるのではないのでしょうか。

歯の健康は全身の健康にも関係しています。歯周病菌がもたらす毒素や炎症物質などは、血液を通して全身に運ばれ、糖尿病など生活習慣病を悪化させる原因になります。

歯がほとんどないのに入れ歯を使っている人、あまりかめない人、かかりつけ歯科医院のない人は、認知症が発症するリスクが高くなることも分かっています。特に、歯がほとんどないのに入れ歯を使っている人は、20本以上歯が残っている人と比べて、なんと1・9倍も認知症発症のリスクが高かったというのです。定期的な歯科健診をすることは、歯だけでなく全身疾患の予防にもつながります。一度、お近くの歯科医院へ定期健診を受けに行ってみてはいかがでしょうか。

定期健診と治療で歯は多く残る

国民皆歯科健診へ



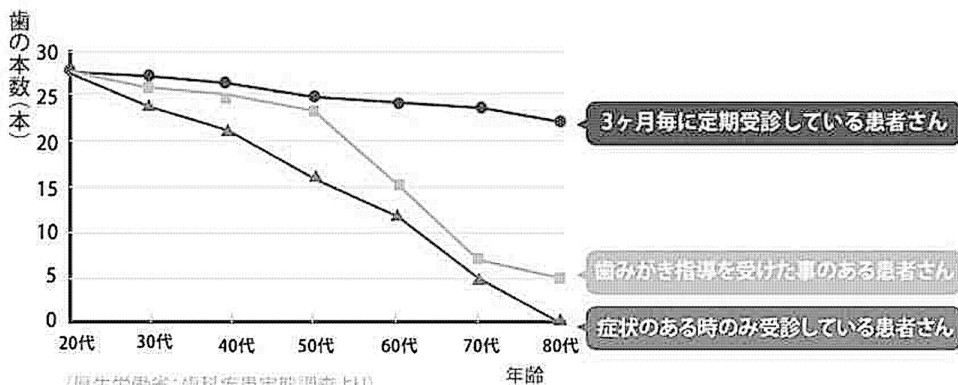
むけて

▽...2

現在、日本では、1歳半と3歳で歯科健診があるほか、小学校から高校までは毎年学校で歯科健診が行われています。しかし、大学生や社会人に関しては歯科健診の義務はありません。多くの自治体では、40歳から10年ごとに「歯科健診」を行っています。受診率は1割未満ともいわれており芳しくありません。

企業の事業者には安全配慮義務があり、労働者に「健康診断」いわゆる人間ドックを受けさせなくてはなりません。しかし、人間ドックでの歯の検査は任意で、実施している企業はほとんどないのが現状です。歯に支障の出やすい業務の労働者については、

十勝歯科医師会理事 小澤秀之 ハートクリニック 院長



半年ごとに歯科医による歯科健診が義務づけられています。これは一部の職種のみで、そう多くはないです。

健康診断の場合は、「血圧が高いな」や「肝臓の数値が悪いな」など、自身の健康に関心を持つきっかけになります。また、健診がきっかけで、健康や病気について自身で調べたり、通院し始める人も多いでしょう。早期発見で病気を防ぐこともできます。

年齢と「歯の本数」の推移＝厚生労働省・歯科疾患実態調査から

社会人の「歯科健診」はありませんので、歯や口の健康に関心を持つきっかけが少なく、知らないうちに、虫歯や歯周病が進んだ状態になってから歯医者に行くことになってしまっ方が多いのではないのでしょうか。症状が進んだ状態では、歯を失う可能性も高くなります。

定期的な歯科健診の大切さが分かる調査結果をご紹介します。80歳の人のうち、歯の定期健診を受けている人は、ほとんど歯が維持されているのに対し、受けていない人では歯の本数が0〜5本程度しか残っていないのです。

歯科定期健診と適切な治療を受けることによって、将来的に自分の歯を多く残せるようになります。また、歯科健診を受けると、皆さんの普段の口腔(こうくう)内の健康状態について、歯科医も知ることが出来ます。この機会に歯科健診へ行こうと思っただけなら、うれしい限りです。

健康寿命延ばし、医療費も削減

国民皆歯科健診へ



むけて

▽...3

国民皆歯科健診とは、現在は、高校生（18歳）にまで義務づけている歯科健診を、18歳以降も国民が年に1回受診することを目標とした制度です。「義務」というと、少し重たい感じかもしれませんが、「国民皆歯科健診」によって、年代関係なく、国民全員が定期的に歯科健診を受けられるようになります。

十勝歯科医師会理事 小澤秀之 ハートクリニック 院長

お口の健康と全身の健康は密接に関連しており、歯科医療によってさまざまな疾病のリスクを抑制できることが明らかになってきました。



〈日本歯科医師連盟 広報意見広告「歯周病は万病のもと」より〉

「歯周病は万病のもと」を示すチャート図。「口の健康と全身の健康は密接に関連している」という＝日本歯科医師連盟の広報意見広告から

す。一方で、平均寿命は男性が81・41歳、女性が87・45歳です。平均寿命と健康寿命にはまだ差があります。この差は、日常生活に支障がある「不健康な期間」です。この差が少なくなるほど、より良い人生となるのではないのでしょうか。

年盛んに行われています。口の健康が全身の健康に関係していることが報告されるようになり、口の健康の重要性が増してきました。

国民皆歯科健診が今後実施されることになれば、口腔（こうくう）内の健康を保つことで、全身の健康維持も図ることができ、健康寿命を延ばすことができます。日本では近年、医療費は増加する一方で、国民皆歯科健診で歯の健康を守ることによって全身の健康を維持できれば、医療費を削減することもできます。

政府による国民皆歯科健診の導入は、25年を目安に検討中とされていますが、本格的な制度の開始を待たずに、ぜひ今、このタイミングで歯科健診を受けてみてはいかがでしょうか。

歯科治療に恐怖を感じる方もいると思いますが、「髪が伸びたから美容院に行こう」といったくらいの気楽な気持ちで、歯科健診に来ていただけましたら幸いです。（おわり）