



【プロフィール】広島県生まれ。1976年広島大学医学部卒業後、聖路加国際病院内科勤務。99年東京医科大学循環器内科主任教授。2020年5月から現職。総合内科専門医、日本循環器学会専門医、前日本循環器病予防学会理事長。

### 人生100年時代の健康管理

桐生大学 桐生大学短期大学部副学長 山科 章

前回、オーラルフレイルについて紹介しましたが、オーラルフレイルの定義と診断基準が公表された。日本老年歯科学会から「口腔機能低下症」の定義と診断基準が公表された。

## ⑰ 口腔機能の評価

うぐ(う)機能の低下で(2016年)されています。口腔機能の維持ありますので、それに基づいて紹介しましょう。

- ① 口腔衛生状態不良
- ② 口腔乾燥
- ③ 咬合(こうごう)力低下
- ④ 舌口唇運動機能低下
- ⑤ 低舌圧
- ⑥ 咀嚼(そしゃく)機能低下
- ⑦ 嚥下(えんげ)機能低下
- ⑧ 7項目で評価し、該当するものが1つ(計測器)につながらない

3項目以上あると口腔機能低下症と診断されます。どのように評価するかを簡単に紹介しましょう。

## 表 口腔機能低下が疑われる症状

- ・ 食べ物が口の中に残るようになった
- ・ 食事の時間が長くなった
- ・ 食事の時にむせるようになった
- ・ 薬をのみにくくなった
- ・ 口の中が渇くようになった
- ・ 食べこぼしをするようになった
- ・ 滑舌が悪くなった
- ・ 口の中が汚れている

※日本老年歯科学会啓発パンフレットから引用  
<http://www.gerodontology.jp/>

- ① 口腔衛生状態不良は、歯科医が舌をみて舌苔(せつたい)の付着程度で評価します。
- ② 口腔乾燥は口腔水分計を使用して、舌の先端から1センチのところに湿潤度を計測します(乾燥したガーゼを2分間かみ、ガーゼ重量の増加(2倍以上)を見ることもあります)。
- ③ 咬合力低下は、かみ具合によって発色の異なる感圧フィルムを口全体で3秒間しっかりとかんで、フィルムにおこる歯列全体の色変化をスキャナーで分析して咬合接触状態を評価します。
- ④ 舌口唇運動機能低下はマイクに向かって5秒間、できるだけ早いスピードで、パ、タ、カの3種類の音を、パ・パ・パというように繰り返して発声します。それぞれ1秒当たり6回未満が異常です。
- ⑤ 低舌圧は舌圧ブロープ(計測器)につながらない小さな風船状のもの(舌と口蓋(こうがい)との間にはさんで、最大の力で数秒間押しつぶし、最大圧を計測します)。
- ⑥ 咀嚼機能低下は20秒間の咀嚼(そしゃく)ミゼリーを20秒間、目いっぱい咀嚼します。
- ⑦ 嚥下機能低下は、10ccの水でうがいした後、吐きだしてグミをろ過した溶液中のブドウ糖の濃度を計測します。咀嚼がよいほど濃度が高くなります。
- ⑧ 嚥下機能低下は、10項目の質問紙(EAT-10)を用いて評価します。

65歳以上ならどなたでも「口腔機能低下症」の検査を保険適用で受けることができます。表に挙げている徴候がある方は、最寄りの歯科に相談してみてください。なお、全身性疾患(脳卒中やパーキンソン病など)がある方は、65歳未満でも受けられます。

◆毎週月曜連載 桐生大学・桐生大学短期大学部副学長の山科章さんは、同大学医療保健学部の学生などに講義も開講している。

## 保健・福祉

### 感染者減少傾向

あすから6月にかけて、梅雨入りは先が、新型コロナウイルスの第4波はやや落ち着いたように見えます。

月初旬の1週間を越えていました。ピークに直近の100例台にまで減ります。変異株がみられ、心配されています。変異株が徐々に減ります。

### 群馬県

疾病名	3週間前報告数	2週間前報告数	1週間前報告数	今週の報告数
インフルエンザ	2	0	0	0
RSウイルス感染症	0	2	0	0
咽頭結膜熱	9	5	17	16
A群溶連菌咽頭炎	28	9	14	16