

# 宇和島市における口と歯の健康への取組

1年3組 近藤万智子 1年3組 杉本かなえ

1年3組 松本 尚子 1年4組 新城 朋依

1年4組 高田津友実

指導者 坂上 舞

## 1 課題設定の理由

近年、口や歯の健康が、体や心の健康に与える影響が注目されている。「8020運動」や「歯周ポケット」など、歯に関連した言葉をよく耳にするのではないだろうか。そこで歯の健康、主に歯周病が体や心に与える影響や、宇和島地区の歯と口の健康状態などについて知ること、地域住民の健康を守りたいと考え、この題目を設定した。

## 2 仮説

- (1) 歯周病になる主な原因は、磨き残しなどにより歯垢がたまることではないか。
- (2) 口と歯の健康に対して宇和島市は、何か対策をとっているのではないか。

## 3 調査の方法

- (1) 歯科医・保健師の方々へのインタビュー
- (2) 資料やインターネットを使った調査

## 4 結果と考察

- (1) 歯周病になる原因

### ア 歯周病菌

磨き残しなどにより、歯の周辺に歯垢がたまり、その中に含まれる歯周病菌が歯茎に炎症を起こすことによって発症する。

### イ 不健康な生活習慣

不規則な生活リズム、偏った食事、睡眠不足、間食、過度な飲酒、喫煙、ストレスなどの長年にわたる不健康な生活習慣は、歯周病を進行・悪化させる。

- (2) 宇和島市が行っている検診

### ア 歯周疾患検診

40歳、50歳、60歳、70歳を対象として平成12年から行われており、集団検診と個別検診がある。

#### <集団検診>

血液、尿検査に加え、歯科相談を行っている。

#### <個別検診>

500円で受けられる。

### イ 歯科相談・歯科教育

歯科相談は年3回、歯科教育は年11回在宅歯科衛生士によって行われている。

### ウ 妊婦歯科検診

妊婦を対象に4年前に始まり、無料で受けられる。

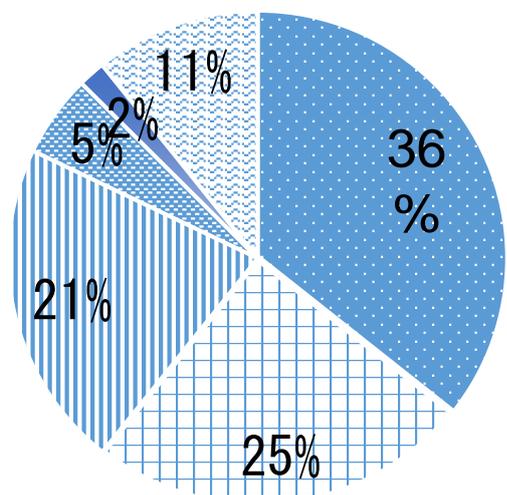
### エ 出前授業

希望する幼稚園・保育園に訪問し、磨き方指導や歯垢染色剤での染め出しを行っている。

### (3) 歯周疾患検診結果の考察

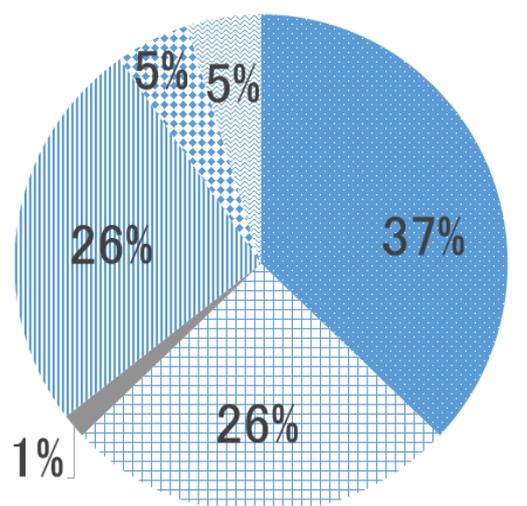
図1から、歯石除去・歯周治療の歯周病に関する二つの項目に問題のある人が6割を超えていることが分かる。

図2から、その後の診察でもプラークコントロールと歯周病の二つが全体の6割以上を占めており、全体でも歯周病に関する指導が中心であることが分かる。また、これらの結果は、検診対象である40代以上のどの年代にも共通していた。



- 歯石除去
- ▨ 歯周治療
- ▨ 補綴処置
- ▨ 未記入
- ▨ 歯周病
- ▨ 受診推奨
- ▨ 禁煙の勧め
- ▨ その他
- ▨ 未記入

図1：要指導・要精密検査の内訳



- プラークコントロール
- ▨ 歯周病
- ▨ 受診推奨
- ▨ 禁煙の勧め
- ▨ その他
- ▨ 未記入

図2：指導内容

## 5 まとめと今後の課題

歯周病になる主な原因は磨き残しにより歯垢がたまることだけでなく、不規則な生活習慣も関係していることが分かった。このことから、正しい歯磨きを行うとともに生活習慣を一から見直すことが個々人の課題になるのではないかと考える。

今回の研究から宇和島市が幼少期から高齢期に至るまで、予防に力を入れ多くの取り組みをしていることも分かった。しかし、検診は多くあるが、受診者は少なく、多くの人々が歯について関心がないことが現状である。市が行っている検診を、もっと幅広く地域住民に知ってもらう必要がある。そのために、検診の対象年齢の人だけでなく対象年齢に近い人にも検診の呼びかけを喚起することが大切なのではないかと考える。私たちもまずは家族や地域の方々など身近な人に歯の健康が体に及ぼす影響について知ってもらうことで、健康な歯で生き生きとした生活を送ってもらいたいと思う。

## 謝辞

資料を提供して頂いた久保歯科医院、宇和島市役所保健健康課の方々に感謝する。

## 参考文献

- ・日本臨床歯周病学会 <http://www.jacp.net/perio/about/>
- ・テーマパーク 8020 <https://www.jda.or.jp/park/trouble/>