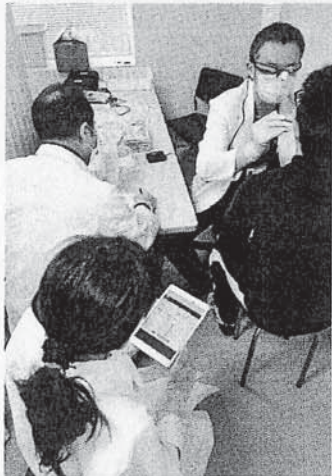


弘大COI参画・ライオン和田さん

「口腔ケアで寿命延伸」

今春整備 健康との関係実証へ



昨年2月の啓発型健診の試行で、歯科診療も行われた。口腔ケアから健康寿命の延伸へ、学官連携による挑戦が続く。

2005年から弘大は、健診結果が即日告知となり、弘前市岩木地区で岩木健康増進プロジェクト健診を実施。13年、国の革新的イノベーション創出プログラムCOIの採択を受け、同プロジェクトで収集したビッグデータの解析による健康寿命延伸に向け、産学官で手を組み、疾患の予兆発見などに挑んでいる。

今春整備するセンターでの啓発型健診で、医学研究科に16年5月、医学と歯学の枠組を越え、口腔と全身の健康状態の相関を研究することに特化したライオンの寄付講座「オーラルヘルスケア学講座」が全国で初めて開設された。同講座では蓄積したビッグデータを解析することで、口腔環境と疾病、生活習慣や、睡眠と全身の健康の関係などについて科学的実証を目指す。

ライオンでは16年に

産学官チームが手を組み、「岩木健康増進プロジェクト」などを得られたビッグデータを解析し、疾患予兆と予防法の開発などに取り組んでいる弘前大学COI(センター・オブ・イノベーション)。弘大医学部キャンパス内に今春、整備される啓発型健診の拠点「健康未来イノベーションセンター」は短命県青森の「反撃」の旗印となることが期待されており、健診項目の重点の一つに「口腔」を採用している。近年、関連が指摘される口腔と全身の健康。弘大COIに参画するライオン(本社東京都)の研究開発本部弘大COI担当の和田啓二さんに話を聞いた。

(山本恵子)

唾液検査システムを開発。弘大COIが取り組む啓発型健診の検査項目にも加わり、昨年2、9月の試行でも検査が行われた。唾液を採取し口腔内の虫歯菌や酸酸性度、タンパク質など6項目を測定。口腔環境と全身の健康状態との因果関係を浮かび上がらせる狙いだ。

同講座の客員研究員(社会実装副統括)を務める和田さんは「口腔の健康は全身の健康維持のためにも重要。定期的に歯科健診を受ける人とそうでない人には医療費の面で差が出るほか、加齢に伴う歯の残存本数にも開きが出てくる」と指摘。

「歯を磨いているのと、磨けていないのは違う。残った歯垢を見ると明らか」と強調。誤

唾液中の歯垢を洗い、きちんと飯を食う生活習慣がポイントとしながら、今後の研究に伴い、より良い睡眠につながる生活習慣のケアを提案できるのでは」とした。

高齢になると唾液の量が減ってくる。唾液には抗菌作用があり、口の中を浄化しているほか、溶け出したミネラルを補う作用もある。加齢により能力が落ちると、誤嚥や肺炎につながることも。

「食と休息と運動は健康の三大要素」と和田さん。「健康寿命の延伸に、口腔健康は欠かせない。自分自身の歯が残っていることは、質のよい健康寿命につながる」と語る。

「将来的に唾液を検査して、全身の疾病予兆やサインが分かるようになるれば、事前に医療機関の受診を促せるようになるかもしれない」。口腔から広がる予防医療の可能性。健康寿命の延伸に向け、産学官の研究が進む。

全身の健康における重要なポイントとして、口腔との関係性を指摘する和田さん



「歯を磨いているのと、磨けていないのは違う。残った歯垢を見ると明らか」と強調。誤

解されやすい口腔ケアについて「歯ブラシをこすりすぎると大きな力で歯にこすりつけるのは、毛先が広がってしまっているので磨けていない。ほほきをイメージしながら優しく磨く。過剰なすすぎもNG」と解説した。

また、睡眠が与える健康への影響について「睡眠は寝ていないときの方が重要。日光