地域在住壮年期から高齢期におけるオーラルフレイル状況と関連要因の検討

秋山恵美子*,[1)]、
[1)]聖隷クリストファー大学

【目的】

日常生活の些細な口のトラブル（滑舌低下、噛めない食品の増加、むせなど）がありこの状況を放置することによって食欲低下や食品多様性の摂取の低下を生じる。さらに、口腔機能低下（咬合力低下、舌運動機能低下など）が生じ、低栄養、サルコペニアのリスクが高まり、摂食機能身体活動の障害を引き起こす。

壮年期者は、口腔機能低下を自覚していても大きな問題として捉えず、身体機能低下については、自覚は少ない年代であると感得することができる。従来軽視しがちであった口腔機能の虚弱化であるオーラルフレイル（以下 OF）を、壮年期の早い段階で評価し生活習慣を見つめ、行動変容につなげて対処に導くことは健康長寿に向けて実施すべき課題といえる。これまでの調査報告での研究対象の多くは、地域在住の成人や高齢者の健康診断、歯科医院かかりつけ医、学術的講演会、市民講座参加者などによって実施されていた。今回の調査では、総合診療所に通院する壮年期から高齢期を対象とすることで、健康意識や健康意欲に左右されない調査結果と考えられる。

本研究では、総合診療所に通院する壮年期から高齢期患者の口のささいなトラブルの実態調査を実施し、ＯＦに移行する前に、壮年期からの過栄養や生活習慣病予防などの健康度・生活習慣が、ＯＦ状況の「ささいな口のトラブル」から派生する口腔機能低下との関連を考慮し検討する。

【方法】

1. 研究対象者：S 県Ｗ市の総合診療所に通院する壮年期から高齢者
2. 調査項目　：質問紙票 1)「OF セルフチェック表」
   2) DIHAL2 健康度・生活習慣診断検査
3. 調査期間　:2021 年 4 月倫理委員会承認後、2021 年 9 月～2021 年 10 月に実施した。

【倫理的配慮】

調査対象者個人のプライバシーを保護、不参加による不利益が生じないこと、自由意思の参加、アンケートの提出により研究協力の同意を得たことを明記した。

【結果】

アンケート回答 114 人中、有効回答 108 名（平均年齢 66 歳）を研究対象とした。

1)ＯＦ：合計得点の平均は 3 点、34%に OF の危険性が認められた。

2)DIHAL2:健康度、生活習慣の総合得点の 5 段階評価では両者とも判定 3 であった。

3)OF 判定と健康度得点、生活習慣得点には有意差は認められなかったが、OF 得点と生活習慣に有意差を認めた。

【考察】

壮年期から老年期の些細な口の衰えは、口腔機能のみの問題ではなく運動、食事、休養など生活習慣にも関与し包括的介入が重要である。先行研究において OF 低下は MCI や認知機能低下との関連も認められている。今後壮年期者への OF に関する啓発を広げるために、医療・介護に関わる多職種の理解と連携の構築が必要といえる。