

口腔状態及び歯並びの主観的評価がQOLに及ぼす影響について

さむら歯科・矯正歯科室
歯科医師 佐村 ゆかり

(共同研究者)

東京女子大学 教授 平工 志穂
帝京大学 講師 藤田 恵理
東京女子大学 名誉教授 横澤 喜久子

はじめに

本研究の目的は、口腔状態及び歯並びが中高齢者の QOL (Quality of life) に与える影響について明らかにすることである。口腔状態は身体健康全般に影響することが知られており、特に中高齢者にとって口腔状態の向上は生活習慣予防、症状の緩和につながる事が明らかになっている。人生100年時代と言われる現代、自分の歯で、楽しく食事をしたいと多くが望んでいると考えられ、口腔ケア、口腔状態の意識を調べる事が、中高齢者の口腔状態の改善のための動機付けを促す新たな知見の提供につながるものと期待される。全年代を対象とした報告としては厚生労働省(2023)の実態調査等がみられるが、中高齢者に焦点をあてた調査、研究のより一層の充実が必要であると考えられる。そこで、本研究では中高齢者のみを対象として、口腔状態の現状及び口腔ケア、口腔状態の意識について、質問紙調査及び半構造化インタビューを実施し、口腔状態とQOLとの関係について明らかにすることを試みた。

方法

質問紙及びインタビュー調査は、2024年7月から9月に実施した。

質問紙調査は、歯科診療所および研究協力者の所属団体等の有志310名を対象に実施した。記入漏れ等で分析除外とした者を除き、45歳～89歳の297名(女性216名、男性81名)を対象として分析を行った。質問紙調査は自作質問紙及びWHO QOL26(田崎・中根,2024)から構成された。自作質問紙では、年齢層、性別、歯や口腔への関心、歯や口腔における教育の経験、歯のお手入れ習慣、定期検診の有無、歯並びの関心等について尋ね、歯や口腔の健康などについての自由記述を求めた。WHO QOL26は身体的領域(活力と疲労など7項目)、心理的領域(ボディイメージ、否定的感情、肯定的感情など6項目)、社会的関係(人間関係、社会的支援など3項目)、環境(新しい情報と技術の獲得の機会、余暇活動の参加と機会など8項目)からなる計26質問項目によって構成されている。

半構造化インタビューは、51～67歳の女性8人、男性1人の計9名に対し、質問紙調査に加え実施した。質問項目は現在の就業の有無、会社・職場での歯科検診の有無、歯の磨き方を習った経験、歯磨き方法の知識、歯のお手入れの際のケアグッズとその知識、日常生活の心がけなどについてであった。所要時間は約45分であった。

本研究は、東京女子大学人を対象とする研究に関する倫理審査委員会により、倫理審査は不要であると判断された(受付番号: R2023-109)^{注1)}。

結 果

1. 中高齢者の口腔状態の現状

現在の口腔状態の現状について、これまで歯の治療経験が「ある」と答えた人は99.3%であった。歯を失った経験について「ない」と答えた人は10.1%であった。過去1年間に歯の検診を受けたと答えた人は82.2%、定期的に歯の定期健診を受けたと答えた人は77.7%であった。1日の歯磨きの回数を尋ねたところ、1回が9.5%、2回が47.3%、3回が34.8%、4回以上が8.4%であった。矯正治療経験について、「ある」と答えた人は13%、「ない」と答えた人は85.7%、「治療中」と答えた人は0.7%、「相談のみ」と答えた人は0.7%であった。歯や口腔の健康について教わった経験の有無について、「はい」と答えた人は81.8%であり、全年代において多数を占めた。そのきっかけは定期検診時など歯医者からが最も多かった。また、定期検診開始時期は、成人以降が90%以上であった。歯磨きの際のケアグッズを尋ねたところ(複数回答可)、図1の結果となった。

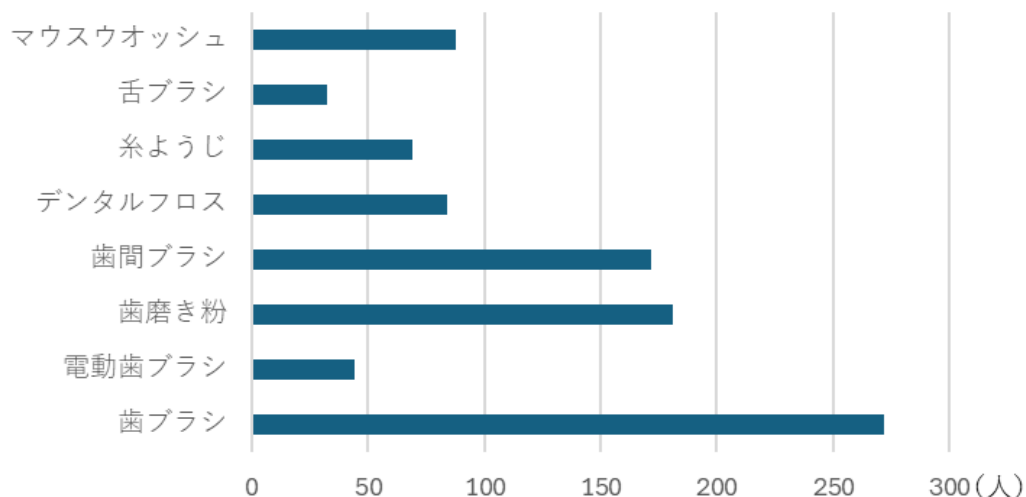


図1 歯磨きの際のケアグッズ(複数回答可)

2. 口腔ケア、口腔状態の意識

自身の口腔状態や歯の健康に興味、関心があるかを尋ねたところ、「とてもある」「ある」

の回答が78%を超える結果であった。年代及び男女の有意差は認められなかった。歯の定期健診、クリーニングは必要だと感じるかを尋ねたところ、「はい」と答えた人が96.6%であった。また、「はい」と答えた人のうち82.2%の人が過去1年間に歯科検診を受けていると答え、77.7%が歯の定期健診を受けていると答えた。歯科医院での歯のクリーニングの好嫌度を尋ねたところ、「とても好き」が11.4%、「好き」が38.7%、「あまり好きではない」が27.6%、「嫌い」が1.7%、「どちらでもない」が19.2%であった。歯並びに自信があるかを尋ねたところ、「とてもある」が1.7%、「ある」が10.4%、「どちらかといえばある」が24.1%、「あまりない」が43.4%、「ない」が19.9%であった。

3. 質問紙調査自由記述

歯や口腔の健康について、歯のケアのすすめやその他後悔などについて任意回答で自由記述を求めた。回答結果の一部について、以下箇条書きで示す。

- ・ 高齢になり、歯間ブラシの使い方を教わり現在実施中。もっと早くから知っていたら良かったと思う。(75～79歳女性)
 - ・ 子供の頃から虫歯があり、大人になって後悔したので子供の頃からもっと積極的に歯みがき習慣や歯医者での定期健診をしておけばよかった。(70～74歳女性)
 - ・ 義母がすべて自分の歯で、元気です。歯が大事と、実感します。(65～69歳女性)
 - ・ 日々の健康に気を付けるためにも口腔内のケアを行うことにより自分の病気をコントロールできるようになることを、身をもって体験することができたので皆にも知らせてあげたい。(50～54歳男性)
 - ・ 定期健診を受けることで健康な歯を保持することができるので「歯が痛み出したから・・・」という従来の来院理由ではなく、気軽に相談できるホームドクターのような歯科医院を持つことが大事だと思います。(50～54歳女性)
 - ・ 学生時代(大学、高校)は、歯や口腔の検査を受ける機会がなかったので多少歯が痛くても、がまんして、耐えられなくなって、受診したので歯を抜く事になってしまった。学生時代に強制的に受ける健康診断と同じで機会があると良い。(60～64歳男性)
 - ・ 幼少期、学童期、学生期のケアに対する意識が薄かった。(55～59歳男性)
 - ・ 虫歯のリスクは身体全体や味覚にかかわるという情報を子供のころに知りたかったです。単にお菓子、砂糖は虫歯をつくる程度にしか教わっていませんでした。(60～64歳女性)
- 以上のように、自由記述では、より早い段階からの歯科教育、検診受診の必要性を実感する旨のコメント、歯や口腔の状態が全身の健康に関連することを実感する旨のコメント等が見られた。

4. QOL26

全対象のQOL26を構成する領域等の各平均値は、身体的領域 3.56 ± 0.60 、心理的領域 3.51 ± 0.61 、社会的関係 3.53 ± 0.50 、環境領域 3.60 ± 0.54 であった。全対象のQOL平均値

(全26項目の平均値)は 3.27 ± 0.70 であった。性別による有意差はなかった。歯の定期健診の有無とQOL平均値についてt検定を実施した結果、歯の定期健診を受けている群 (3.58 ± 0.47) は受けていない群 (3.41 ± 0.51) に比べ、QOL平均値が高いことが示された ($t=2.56$, $p<.05$)。また、歯並びの自信を独立変数、QOL平均値を従属変数として1要因分散分析を実施した結果、有意な主効果が認められ ($F(4,290) = 2.44$, $p<.05$)、多重比較の結果、歯並びに自信がある群は歯並びに自信がない群に比べてQOL平均値が高いことが明らかとなった(図2)。また、身体的領域とQOL平均値 ($r=.854$, $p<.001$)、心理的領域とQOL平均値 ($r=.900$, $p<.001$) は高い相関があることが示された。

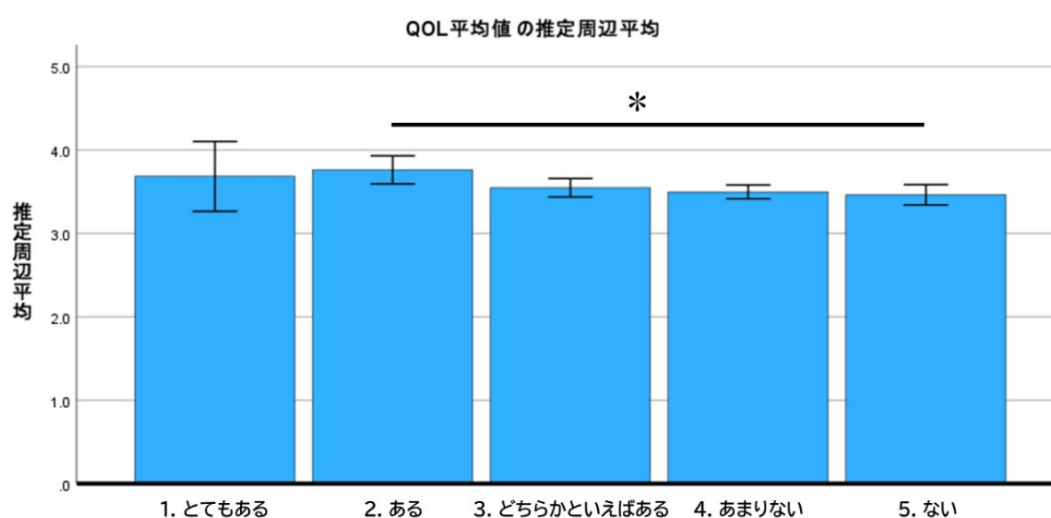


図2 歯並びの自信とQOL平均値 * $p < .05$

5. 半構造化インタビュー

現在就業中が8人、会社・職場での歯科検診の有無については「有」であったのは1人のみであった。歯の磨き方を習った経験については、大人になってから、全員が歯医者に習ったと答えた。年齢や歯の状態による歯磨きの方法は同じだと思うかの問いに対し、誰でも一緒と7人が答えた。歯のお手入れのケアグッズについては、フロスと歯間ブラシの違いは9人中6人が知っていると答えた。歯ブラシ以外の補助道具使用開始時期は30歳ごろから最近と多様であった。より健康的で活動的な生活を実践している方に歯を大切にする傾向があると示唆された。その他、矯正治療、ホワイトニングについての関心や実施した感想、定期健診を開始したきっかけや感想、歯の健康や美しさの重要性、歯並びと健康や印象の関係に関するコメントが得られた。

考察

本研究では、歯の健康および歯並びは全身状態の改善につながり、QOLを高めることが

示された。身体的領域、心理的領域は全体的なQOLと高い相関があり、歯の健康や歯並びの自信は、中高齢者の生活の質に大きく寄与するものと思われる。

歯科医療の立ち位置について、根底となるべきひとつの考え方(石川, 2008)がみられる。本研究では、歯や口腔の健康意識に関しては、中高齢者の関心は高いものの、歯の健康のための手法の理解や情報の更なる充実が望まれることが示唆された。歯の大切さを感じる機会が成人になってからであることも示唆された。学校・会社・職場での歯科検診が未だ普及していないことも明らかとなった。調子が悪い時だけ歯科にかかるという考え方が未だ根強い人や、増齢的に歯は失うものと考えている人がいることが示された。これらのことから、歯科を健康維持や管理に利用するという考え方を定着させるためにも、より早い段階からの歯科教育、検診体制の充実が必要であると考えられる。

要 約

本研究では中高齢者の口腔状態の現状及び口腔ケア、口腔状態の意識について、中高齢者310人を対象に質問紙調査及び半構造化インタビューを実施し、口腔状態とQOLとの関係について明らかにすることを試みた。その結果、中高齢者の歯の健康や歯並びの自信は全身状態の改善につながり、QOLを高めることが示された。また、中高齢者の歯や口腔の健康意識についての関心は高いが、歯や口腔の健康のための手法の理解や情報の更なる充実が必要であることが示唆された。自らが快適、理想とする生活もしくは社会的にも人間らしい生活の実現のために医療従事者は何ができるかを検討する必要がある。今後は歯科を健康維持や管理に利用するという考え方を定着させるためにも、より早い段階からの歯科教育、検診体制の充実が必要であると考えられる。

注

注1) 本研究は東京女子大学倫理審査委員会によって審査・学長名で承認されており、主たる研究遂行機関は東京女子大学である。

文 献

1. 石川晴夫(2008)問題思考型医療の意義とは. 臨床歯科ジャーナル, 2:11-29.
2. 厚生労働省(2023)令和4年歯科疾患実態調査の概要.
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_33814.html (参照日2024年10月23日)
3. 田崎美弥子・中根允文(2024)WHOQOL26手引改訂版. 金子書房.