
認知症高齢者の口腔ケア

Oral care for older adults with dementia

福岡歯科大学総合歯科学講座高齢者歯科学分野／教授

内藤 徹*

はじめに

歯や口腔の衛生状態を改善することを口腔ケアといい、歯の清掃だけでなく、義歯の手入れや嚥下機能のリハビリテーションまでも含んだ広い概念とされている。口腔ケアは本人による口腔清掃であるセルフケアと、家族や介護者によるホームケア、歯科医療従事者や専門的な技量を持つ看護・介護者などによるプロフェッショナルケアに分けられる。口腔ケアの主な目的は、口や歯を清潔に保ち、う蝕や歯周病のリスクを減らし、咀嚼や食物摂取を円滑にすることである。しかし、認知症高齢者や上肢に麻痺があるなどのためにセルフケアを十分にできない者の場合にはとくに、口腔の細菌を減らし、細菌叢の改善を図ることで、誤嚥性肺炎の予防につながる事が知られている。

また最近の調査では、口腔の健康と認知症との関連を示唆するいくつかの研究が報告されており、摂食機能のための器官としてだけでなく、トータルな健康を維持するための重要性について注目されることとなっている。

口腔ケアによる誤嚥性肺炎の予防

口腔ケアによって肺炎の予防につながる可能性が示唆されたのは、1999年の米山らによる Lancet への報告¹⁾が初めてとされている。この研究には、日本全国 11 の施設が 2 年間にわたって協力し、366 名の施設入所者がエントリーしたランダム化比較試験である²⁾。被験者のうち 184 名は口腔ケアグループとして歯科医療従事者による週に 1 回の口腔ケアを受けたのに対し、182 名は従来どおりセルフケアを行うものとした。この結果、コントロールでは 19% に肺

炎が発症したのに対し、口腔ケア群では 11% と、著しい減少をみており、施設に入所する高齢者に対する口腔ケアは肺炎予防に効果的であることが示されている。

この研究をトリガーとして、口腔ケアと肺炎の関係について多数の研究が行われるようになり、また肺炎予防を目的とした口腔ケアが高齢者の臨床や施設入所者への介入としてスタンダードなプロトコルとして定着することになった。

嚥下機能のスクリーニング

高齢者の肺炎の多くは誤嚥性肺炎であり、その起炎菌の多くは口腔常在菌であることが示されている³⁾。そのため、肺炎予防のためには口腔の清潔を維持するだけでなく、誤嚥を防ぐような手立ても必要だと考えられる。このため、高齢者に対する嚥下機能のスクリーニングも日常臨床に取り入れられるようになってきている。とくに、一定時間内に可能な喉頭挙上回数を測定する反復唾液嚥下テストや、3ml の冷水を嚥下させる改訂水飲みテストは、検査時のリスクが少なく鋭敏なスクリーニング法として頻用されるようになってきている。

また、不顕性誤嚥が肺炎発症の直前のイベントとして見られることから、咳反射のような気道防御反射をみるためのクエン酸噴霧を用いた咳テストも行われるようになってきている⁴⁾。

OHAT による口腔のアセスメント

口腔ケアを必要とする高齢者に適切に実施するため、限られた医療資源を有効配分するために重要なのが、口腔の清潔度や口腔機能、口腔の異常の発生

* Toru Naito; Fukuoka Dental College, Department of General Dentistry, Section of Geriatric Dentistry

などのアセスメントである。口腔関連のアセスメント情報を歯科医療以外の医療者を含めた医療者間で共有するための簡便なツールとして開発されたものが The oral health assessment tool (OHAT) である⁵⁾。これは、標準的な病的段階の画像を含んだ歯科関係者以外にも用いることの容易な評価シートであり、日本語版も無償で公開されていることから、看護・介護の現場で多用されるようになってきている⁶⁾。

口腔と認知機能との関連

口腔の健康と認知機能の関わりを示唆する報告もいくつか出てきている。2003年から4年間にわたって国内4,425名の高齢者を対象として実施されている AGES 研究では、220名に認知症の発症が認められているが、現在歯数が20歯以上かあるいは適切に義歯を使用している者に比べて、歯が20歯未満の者では認知症発症のオッズが1.85倍であったとされている⁷⁾。

我々の研究においても、歯科外来を受診した高齢者において口腔の状況と軽度認知障害 (MCI) との関連を調べたところ、健常者での平均喪失歯数が3.0歯であったのに対し、MCIと判定された者は7.0歯であったことが示されている⁸⁾。また、歯を喪失するにつれて脳全体に萎縮傾向が生じていることも示されており、口腔と認知機能には何らかの関連が生じていることが示唆されている⁹⁾。

おわりに

健常者においてはう蝕や歯周病の治療を中心として実施されている歯科医療は、とくに要介護の状態となった高齢者においては肺炎予防にも重要性が高い。また、口腔の健康と認知症との関連を示唆する研究も報告されていることから、QOLの維持により貢献できる歯科治療のあり方を模索する必要があると思われる。

文献

- 1) T Yoneyama, M Yoshida, T Matsui, H Sasaki, Oral Care Working Group. Oral care and pneumonia. *Lancet*, 7;354:515, 1999.
- 2) Yoneyama T, Yoshida M, Ohru T, Mukaiyama H, Okamoto H, Hoshiba K, Ihara S, Yanagisawa S, Ariumi S, Morita T, Mizuno Y, Ohsawa T, Akagawa

Y, Hashimoto K, Sasaki H; Oral Care Working Group. Oral care reduces pneumonia in older patients in nursing homes. *J Am Geriatr Soc*. **50**(3):430-433, 2002.

- 3) Teramoto S, Fukuchi Y, Sasaki H, Sato K, Sekizawa K, Matsuse T; Japanese Study Group on Aspiration Pulmonary Disease. High incidence of aspiration pneumonia in community- and hospital-acquired pneumonia in hospitalized patients: a multicenter, prospective study in Japan. *J Am Geriatr Soc*. **56**(3):577-579, 2008.
- 4) Watando A, Ebihara S, Ebihara T, Okazaki T, Takahashi H, Asada M, Sasaki H. Daily oral care and cough reflex sensitivity in elderly nursing home patients. *Chest*. **126**(4):1066-1070, 2004.
- 5) J M Chalmers, P L King, A J Spencer, F A C Wright, K D Carter. The oral health assessment tool--validity and reliability. *Aust Dent J*. **50**(3):191-199, 2005.
- 6) 松尾浩一郎、<http://dentistryfujita-hu.jp/content/files/OHAT%20160120.pdf>
- 7) Tatsuo Yamamoto, Katsunori Kondo, Hiroshi Hirai, Miyo Nakade, Jun Aida, Yukio Hirata. Association between self-reported dental health status and onset of dementia: a 4-year prospective cohort study of older Japanese adults from the Aichi Gerontological Evaluation Study (AGES) Project. *Psychosom Med*. **74**(3):241-248, 2012.
- 8) Egashira R, Mizutani S, Yamaguchi M, Kato T, Umezaki Y, Oku S, Tamai K, Obata T, Naito T. Low tongue strength and the number of teeth present are associated with cognitive decline in older Japanese dental outpatients: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 22, 8700, 2020.
- 9) Egashira R, Umezaki Y, Mizutani S, Obata T, Yamaguchi M, Tamai K, Yoshida M, Makino M, Naito T. Relationship between cerebral atrophy and number of present teeth in elderly individuals with cognitive decline. *Experimental Gerontology*, 144, 111189, 2021.

この論文は、2021年9月25日(土)第23回九州老年期認知症研究会で発表された内容です。