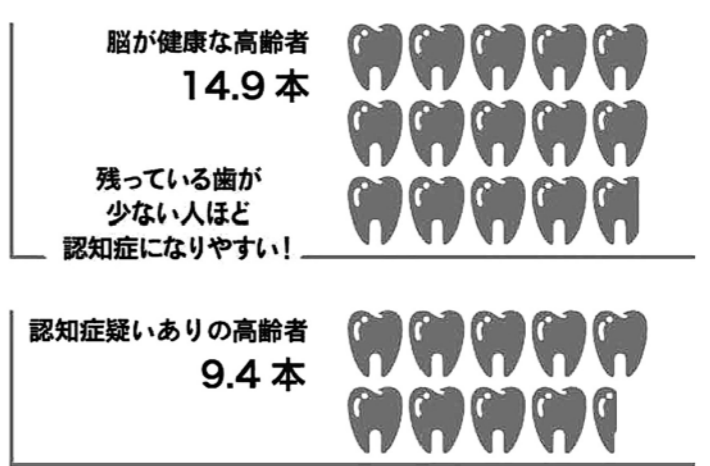


70歳以上の高齢者の口の中に残っている歯（平均本数）



東北大学大学院の研究グループによる調査結果

「ボケないための杖」 転ばぬ先の杖

厚生労働省によると65歳以上の高齢者のうち認知症を有する推定患者数が2020年には2092万人にのぼり、65歳以上人口の約15%に迫るとの予想です。認知症は高齢者ほど罹患する危険因子が増大する疾患ですが、歯のケアをすることで症状が改善し、脳機能も若返る可能性があります。アルツハイマー型認知症の高齢者は、健康な高齢者よりも20年以上も早く歯を失い始め、しかも

歯の治療をせずに放置することで発症リスクが3倍にもなるといふ研究結果があります。また、アルツハイマー型認知症を発症している高齢者は、画像診断によると失った歯の本数が多い人ほど脳の萎縮度が高い傾向にあります。若いうちから歯を失い始め、その状態を放置しているとアルツハイマー型認知症を発症しやすいだけでなく進行も早まります。脳の若返りにとって歯

むことはとても重要な役割を果たします。歯は歯根とそれを支える歯槽骨の間に歯根膜というクッションが存在します。食事が飲み込むことでポンプの役割を果たして、ひとかみで約3ミリの血流が脳に送り込まれます。つまり、よくかむほど脳には血液が送り込まれ、脳に溜まった「ゴミ」(アミロイドβ)が減ることから、脳が若返るのです。脳機能がとって大切な歯ですが、失ってしまう大きな原因のひとつが歯周病です。歯周病は慢性疾患で、初期の段階では自覚症状に乏しく、日本人の40歳以上の成人約8割が罹患している国民病でもあります。歯周病は

歯茎の炎症を引き起こし、進行すると歯を支えている歯槽骨が吸収して咀嚼が困難となります。加齢に伴い免疫力が低下すると症状は悪化し、歯はブラブラしてきて最終的には歯を失ってしまいます。最近の研究では歯周病菌が脳細胞を萎縮させる働きがあるタンパク質を放出していることも究明され、歯周病治療を受けることで認知症の予防につながる可能性が高まっています。若い頃から歯周病のケアをして歯の喪失を食い止め、よくかむことはボケないための「転ばぬ先の杖」になるのです。詳しくは、かかりつけの歯科医院にてお尋ねください。(一社・歯周病地区歯科医師会)