

研究課題：歯の喪失予防と義歯利用が高齢者の笑って暮らせる生活の維持に果たす役割の検討

研究者名：竹内研時<sup>1)</sup>、近藤克則<sup>2), 3)</sup>

所属：<sup>1)</sup>名古屋大学大学院医学系研究科予防医学分野、<sup>2)</sup>千葉大学予防医学センター、<sup>3)</sup>国立長寿医療研究センター老年学・社会科学研究センター

【背景と目的】近年、笑いが健康に良い作用をもたらすことについて、実証研究が進み科学的根拠が蓄積しつつある。日常生活において笑いは人との会話や食事において生じ、これらすべて（笑うこと・話すこと・食べること）は大事な口腔関連機能であり、口腔の状態に大きく左右されると考える。特に、歯の喪失が進むと、審美面の問題などから人前で笑うことに抵抗感が増し、笑いの頻度が低下する可能性がある。一方、たとえ歯が喪失したとしても、義歯等の補綴物で補うことができれば、審美面や摂食嚥下機能の改善が見込まれ、結果的に笑いの頻度低下を予防できる可能性も考えられる。そこで、本研究は、地域在住の一般高齢者を対象に、歯の喪失や義歯の利用によって笑いの頻度が異なるかを検討した。

【方法】日本老年学的評価研究(Japan Gerontological Evaluation Study: JAGES)プロジェクトの一環として、全国30以上の自治体の65歳以上の要支援・要介護認定を受けていない一般高齢者を対象に行われた2013年の調査データの中から、笑いの頻度の質問を含む自記式郵送調査票に回答し、その中から解析に用いる変数に欠損値のない17,607名のデータを解析に用いた。笑いの評価は、4段階（1.ほぼ毎日、2.週に1～5回程度、3.月に1～3回程度、4.ほとんどない）の回答を基に、ほとんど笑わないかどうかを解析のアウトカムとした。歯数については、4段階（1.0本、2.1～9本、3.10～19本、4.20本以上）で評価し、歯数と義歯利用の組み合わせについては、7段階（1.20本以上、2.10～19本かつ義歯あり、3.10～19本かつ義歯なし、4.1～9本かつ義歯あり、5.1～9本かつ義歯なし、6.0本かつ義歯あり、7.0本かつ義歯なし）で評価し、曝露変数とした。調整項目は年齢、性別、婚姻状況、等価所得、高血圧既往、糖尿病既往、喫煙習慣、飲酒習慣、社会参加を用い、多変量ロジスティック回帰分析にて、歯数や義歯利用の状態別のほとんど笑わないオッズ比を算出した。

【結果】解析対象者のうち、声を出して笑う機会がほとんどない者の割合は1,320名（7.5%）であった。多変量解析の結果、歯数が20本以上の者に比べ、1～9本の者では1.2倍、0本の者では1.3倍、それぞれ有意にほとんど笑わない割合が高かった。また、歯数が20本以上の者に比べ、1～9本かつ義歯なしの者では1.5倍、0本かつ義歯なしの者では1.5倍、それぞれ有意にほとんど笑わない割合が高かった。

【結論】地域在住高齢者において、歯の喪失はほとんど笑わないリスクの上昇と関連を示した。特に、歯数が10本未満で義歯を利用していない場合にはほとんど笑わないリスクがさらに上昇する一方、たとえ歯数が10本未満であっても義歯を利用していれば、ほとんど笑わないリスクの上昇との関連を認めなかった。以上より、歯の喪失予防や義歯利用は高齢者の笑いの頻度低下に対し防御的に作用する可能性が示唆された。