



坂井 剛 — 専務理事

“8020運動”と“健康寿命” — 健康日本21を支える歯科保健 —

2000年6月4日ジュネーブ発。WHOは昨年の調査で日本の平均寿命が80.9才で世界一、平均健康寿命も74.5才で世界一であったと発表した。平均健康寿命とはWHOが今回から導入した新しい指数で、平均寿命から事故や重病の期間を差し引いた年数、すなわち“健康で過ごせる期間”のことを言う。

平成元年に愛知県から発信した8020運動は平均寿命80才にふさわしく、自分の歯を20本保って、元気で明るく活力のある人生を送ろうということで全国展開をしてきた。平均寿命80才が達成された今日、ここで8020運動を“健康寿命80才”を目標とし、健康日本21をリードする健康づくり国民運動にグレードアップすることを提言しておきたい。

先般、国は21世紀の医療政策として「健康日本21計画」を発表した。これは高血圧や心臓病、脳梗塞、糖尿病や歯周病、骨粗鬆症、癌の様な罹患者の多い成人病を生活習慣病という視点から予防し、更に進んで健康づくりを積極的に推進して行こうという計画である。この中に歯科保健が入ったことの意味は重い。

過去に国民病と言われたむし歯だけでなく、歯周病が今も国民の70%近くが罹患する生活習慣病である事を考えれば当然とも言える。子供から老人まで、生涯を通しての歯科保健を進める事で良い生活習慣を確立し、歯周病だけでなく他の生活習慣病も予防できる事が期待される。その意味で歯科の役割は大きい。

よく噛めるといふ事は健康づくりの基礎であり、“噛む”事で脳を刺激し、唾液の分泌を促し、食物の消化を助け、ボケを防ぎ、肥満を解消し、老化を遅らせる。更に最近の歯周病の研究では骨粗鬆症や糖尿病との密接な関係や、歯周病菌の脳梗塞や心筋梗塞への関与も報告されている。“噛む”ことの効果をもっと幅広く検証していく必要がある。

そこで本会では今期調査室に健康日本21部門を設置、口腔と全身の健康に関する新しい分野の研究開発を行い、EBMの確認されたものを会員へ情報提供していく予定である。前期マウスガードに関する研修会、口腔内細菌や口臭、味覚に関する講習会、摂食嚥下リハビリセミナー、歯周病と骨粗鬆症に関する研究報告、8020表彰者の疫学調査等を行ってきた。

特に歯周病と糖尿病の関連については、講演会や会員参加の調査事業で内科との診診或いは病診連携を進めたり、待合室向けパンフを配布する等積極的に展開してきている。今期も8020運動を進める中で様々な切口中で情報を提供し、先生方の選択肢の幅を広げ、医院経営の安定化を支援していく考えである。

8020推進財団も21世紀、国民の健康づくりに貢献すべく、我々の夢を乗せて9月頃には船出する。財団の活躍が期待される。