



令和 5 年 12 月 21 日

口の状態が良い人は精神的健康状態が良好！

◆発表のポイント

- ・ 口の状態と身体的フレイルとの関連は多くの報告があるが、精神的健康状態との関連はあまり報告されていません。
- ・ 本横断研究^(注1)において、様々な要因を分析した結果、口の状態が良好であると、精神的健康状態が良好であることがわかりました。
- ・ 口の状態を健康に保つことで精神的健康状態を良好にできる可能性があります。

岡山大学病院歯科・予防歯科部門の竹内倫子講師、岡山大学学術研究院医歯薬学域予防歯科学分野の江國大輔教授らの研究グループは、口の状態が良い人は、良好な栄養状態・広い行動範囲・孤立がないことと関連しており、さらには、精神的健康状態が良好であることも関連していることを明らかにしました。この研究成果は、2023年11月28日、アメリカの学術雑誌「PLOS ONE」に掲載されました。

口の状態を良好に維持することで、精神的健康状態を良好にできる可能性があります。健康長寿社会を目指す日本において、身体だけでなく、こころの健康寿命を延伸する一助となる可能性もあります。

◆研究者からのひとこと

横断研究ではありますが、口の健康と精神的健康状態との関係が見えてきました。本研究にご参加いただきました患者様に深謝いたします。生き生きと自分らしく生きるため、少し遠回りですが、お口の健康に着目してみてもいいのではないでしょうか。



竹内講師

■発表内容

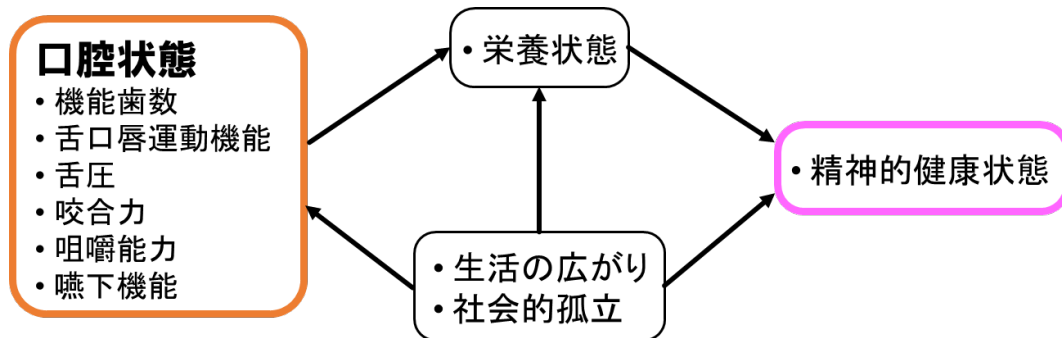
<現状>

世界保健機関（WHO）が定めた「世界保健機関憲章」の中で、ウェルビーイングは「健康とは、病気でないとか、弱っていないことではなく、肉体的にも精神的にも、そして社会的にもすべてが満たされた状態のこと」と定義されています。その中でも、精神的なウェルビーイング（精神的健康状態）に着目しました。これまでの研究から、口の乾燥、無歯顎や咬合力などが、精神的健康状態と関連していることが報告されていますが、精神的健康状態に関連している心理社会的要因などと同時に調べた報告はほとんどありませんでした。

PRESS RELEASE

<研究成果の内容>

岡山大学病院予防歯科外来をメンテナンス目的で定期受診する60歳以上の患者を対象に、年齢、性別、全身疾患、歯数、歯周状態、口の機能、栄養状態および身体機能、心理社会的要因、および精神的健康状態の関係を横断調査で検討しました。これらのデータを元に分析を行ったところ、下の図のようなモデルが成り立ちました。



この結果から、口の状態が良好（機能歯数^(注2)が多い、舌や唇が良く動く、舌の力が強い、咬む力が強い、噛みくだく能力が高い、食べ物の飲み込みに問題が無い）であると、良好な栄養状態・広い行動範囲・孤立がないことと関連しており、さらには、精神的健康状態が良好であることも関連していることがわかりました。

<社会的な意義>

口の状態を良好に維持することで、精神的健康状態が良好にできる可能性があります。健康長寿社会を目指す日本において、体だけでなく、こころの健康寿命を延伸する一助となる可能性もあります。

■論文情報

論文名： Association between oral condition and subjective psychological well-being among older adults attending a university hospital dental clinic: A cross-sectional study

掲載紙： PLOS ONE

著者： Noriko Takeuchi, Nanami Sawada, Daisuke Ekuni, Manabu Morita

DOI： 10.1371/journal.pone.0295078

URL： <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0295078>

■研究資金

本研究は、日本学術振興会科学研究費助成事業（JP17K12046、JP17H04421）の支援を受けて実施しました。



PRESS RELEASE

■補足・用語説明

(注1) 横断研究

ある集団のある一時点での疾病（健康障害）の有無と要因の保有状況を同時に調査し、関連を明らかにする方法（日本疫学会）。

(注2) 機能歯数

歯を抜いた後に、ものを咬めるようにブリッジ、義歯、インプラントなどで治療してもらった歯と、自分の歯を合わせた歯の本数。

<お問い合わせ>

岡山大学学術研究院医歯薬学域（歯）予防歯科学

教授 江國 大輔

（電話番号）086-235-6712

（FAX）086-235-6714

（メール）dekuni7@md.okayama-u.ac.jp



岡山大学
OKAYAMA UNIVERSITY



岡山大学は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。