

# 第 355 回 大阪大学臨床栄養研究会 (CNC)

日時：平成 27 年 3 月 9 日 (月) 18 : 00

場所：大阪大学医学部講義棟 D 講堂

## 「咀嚼機能と栄養」

大阪大学大学院歯学研究科顎口腔機能再建学講座

有床義歯補綴学・高齢者歯科学分野 池邊一典先生

これまで我々は、老化と歯の減少によって、咬合、咀嚼、唾液分泌、味覚、口腔感覚などの口腔機能は低下し、しかもその個人差は非常に大きいことを報告してきた。このことは、健康によい食物を摂ろうとしても、満足に咀嚼することができないため、それを避けるを得ないことを示唆している。

一方、歯と健康との関係を示す疫学的研究は多い。たとえば全身的には健康な対象者を、歯の状態がよい群と悪い群に分け、両者の死亡率や疾患の発症率を長期間観察した研究では、歯の状態と死亡率や疾患の発症率の間には有意な関連のみられることが多い。歯の疾患が直接の死因になることはほとんどないため、両者の間には何かが介在していることが想定される。

我々は 2010 年度より、70 歳 1000 名、80 歳 1000 名、90 歳 300 名の地域住民を対象に、長期縦断調査によって健康長寿の要因を探索する疫学研究を進めている。この研究は、歯学のみならず、医学、栄養学、心理学、社会学、臨床統計学の各分野の専門家が参加した学際的な研究である。その中で、口腔機能の低下は、循環器系疾患（動脈硬化）や運動機能・認知機能の低下と関わりがあり、抗酸化ビタミンや食物繊維、動物性タンパク質等の摂取の低下がその間を取り持つことが明らかとなってきた。

今回は、歯と栄養との関係について、過去の文献を紹介するとともに、現在取り組んでいる研究の結果から、栄養摂取と高齢期の健康に対する咀嚼機能の重要性をご紹介したい。

世話人：老年・高血圧内科 杉本 研

E-mail : sugimoto@geriat.med.osaka-u.ac.jp

---

次回、第 356 回は、田中敏郎先生のお世話で平成 27 年 4 月 13 日(月)に開催予定です。