

目 次

調査の概要	1
調査結果	2
1 追跡時の生活状況	2
2 自立者の歯科健康診査結果	2
3 自立者の質問紙調査結果	4
4 寝たきり者の歯科健康診査結果	1 5
5 寝たきり者の質問紙調査結果	1 7
調査結果のまとめ	2 0
調査票	2 1

調査の概要

1 目的

本事業は、平成5年度から取り組んでいる8020運動について、今後、効果的な事業の推進に資するために行う調査である。8020運動の認定表彰者について、現在の口腔状況を調査し、高齢者の口腔保健と日常生活の指導に関する基礎資料を得るものとする。

2 調査対象

平成4年度～平成8年度の8020認定表彰者776名(男性484名、女性292名)とした。なお、追跡時の歯科健康診査ならびに質問紙調査は、協力の得られた自立者277名(内アンケートのみ34名)、寝たきり者18名(内アンケートのみ6名)について行った。

3 調査方法

8020認定者の居住する市町村及び認定に応募した際に健康診査を行った歯科医療機関を通じ、達成者の追跡時の生存状況を聞き取り調査した。さらに、協力の得られた自立生活者、寝たきり者に対し、歯っぴいライフ8020歯科健診票(追跡用)、歯っぴいライフ8020認定者アンケート(自立者用)、歯っぴいライフ8020認定者アンケート(要介護者・寝たきり者用)を使用し、追跡調査を実施した。

4 調査時期

平成12年12月～平成13年2月

5 調査内容

(1) 8020達成者の追跡時の状況

自立、寝たきり、死亡、不明(転出等)

(2) 歯科健康診査

20歯以上保有する者の割合

歯の状況

歯の動揺度の状況

口腔清掃状況

(3) 質問紙調査

(自立者)

健康意識に関する項目(7項目)

ストレスに関する項目(5項目)

生活自立状況に関する項目(5項目)

その他(3項目)

(寝たきり者)

寝たきり度

食事の摂取方法

食欲の状況

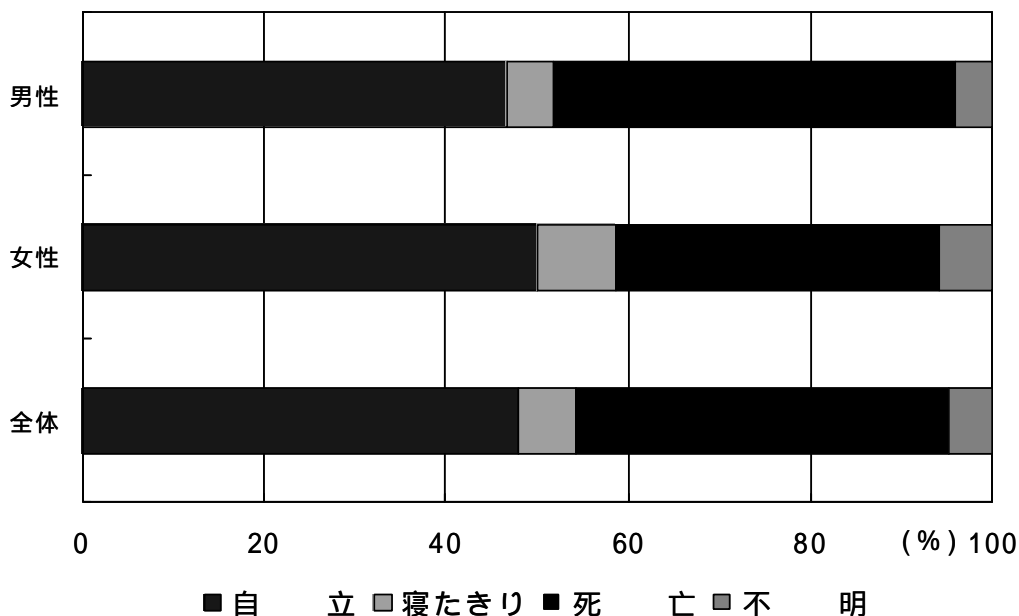
食べられる物の状況

-1 歯や口のなかの悩み事の有無

-2 歯や口のなかの悩み事の有無の内容

調査結果

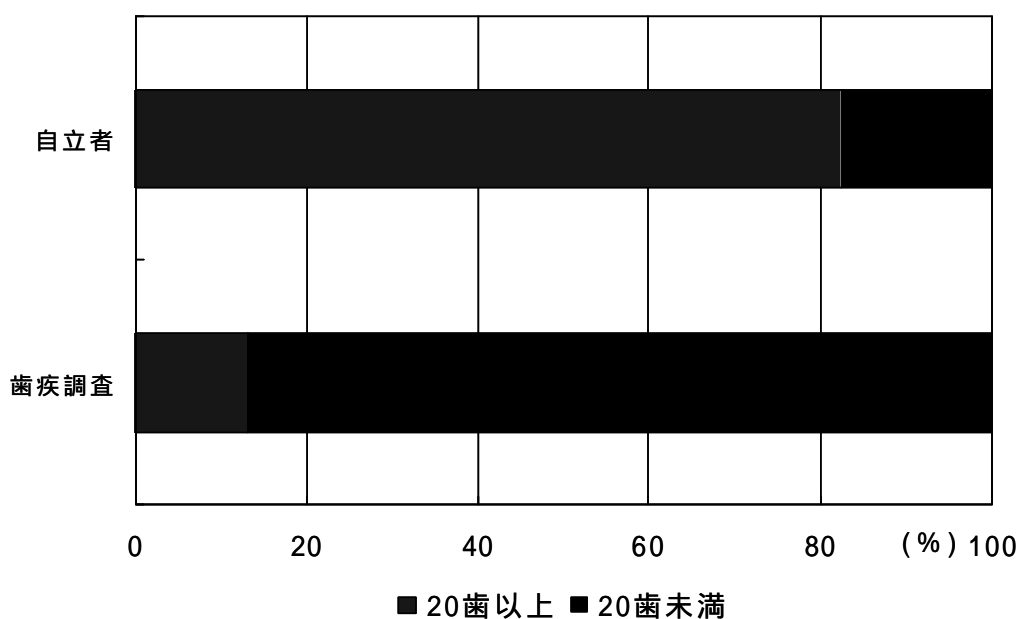
1 追跡時の生活状況



平成4年～平成8年度に8020達成を認定された者776名のうち、生存者は422名(54.3%)、死亡が確認された者は317名(40.9%)で、その他現状が不明な者は37名(4.8%)であった。なお、生存者のうち、現在も自立して生活している者は372名(47.9%)、準寝たきりを含めた寝たきり状態の者は50名(6.4%)であった。

2 自立者の歯科健康診査結果

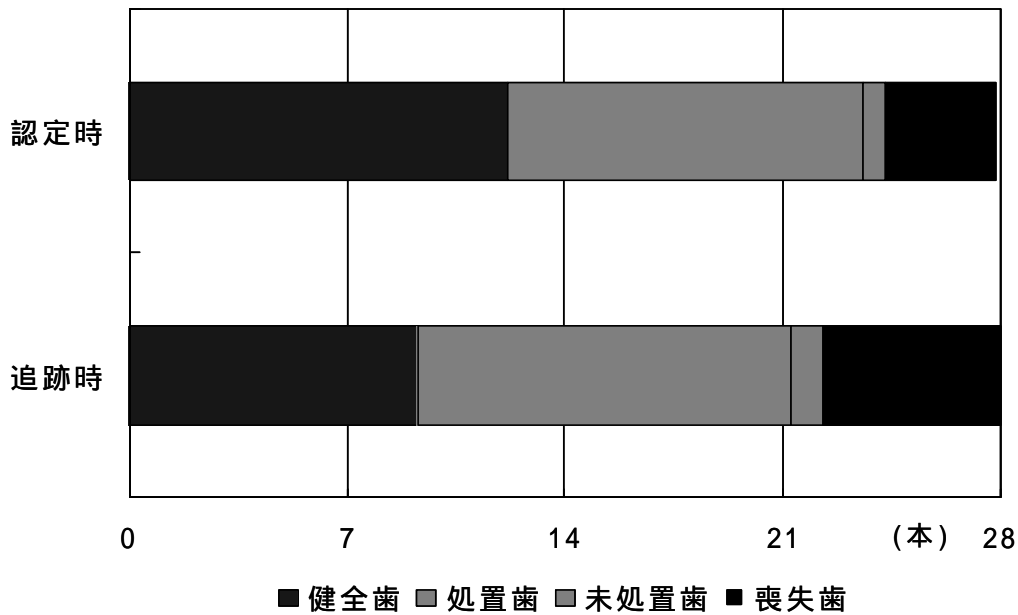
(1) 現在歯の状況



歯疾調査：平成11年歯科疾患実態調査報告(80～84歳)

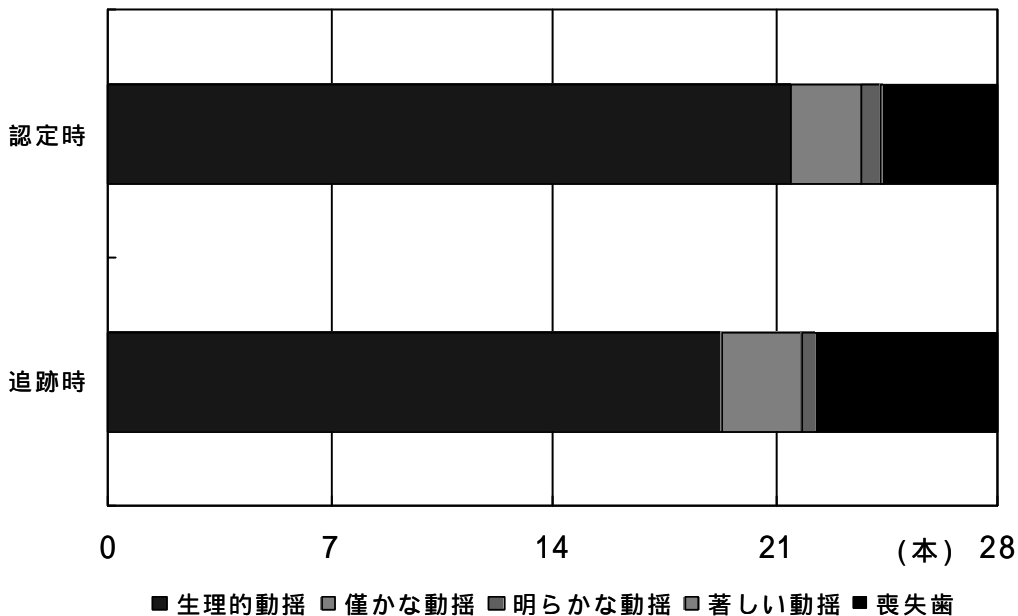
現在歯を20本以上保有する者は自立者が82.3%であった。これは平成11年歯科疾患実態調査(80～84歳)の13%と比較して高い保有率であった。

(2) 歯の状況



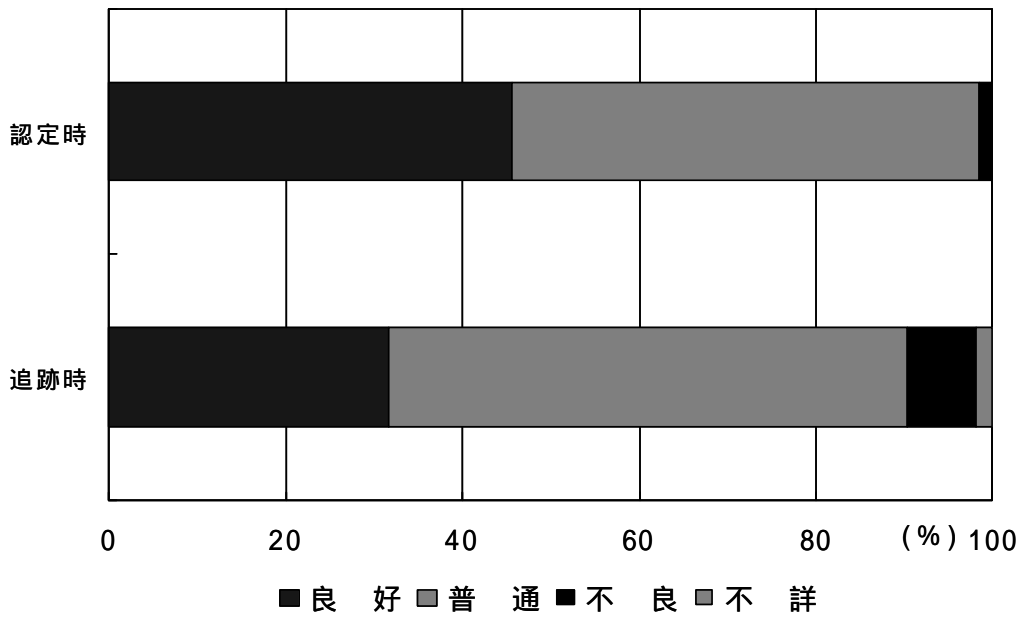
認定時に比較して追跡時の健全歯数は減少していたが、喪失歯数は増加していた。処置歯および未処置歯については歯数に大きな変化は認められなかった。部位別では上下顎臼歯部に健全歯が少なく、喪失歯が多い。一方、上下顎の前歯部では健全歯が多く、喪失歯が少ない。

(3) 歯の動揺度の状況



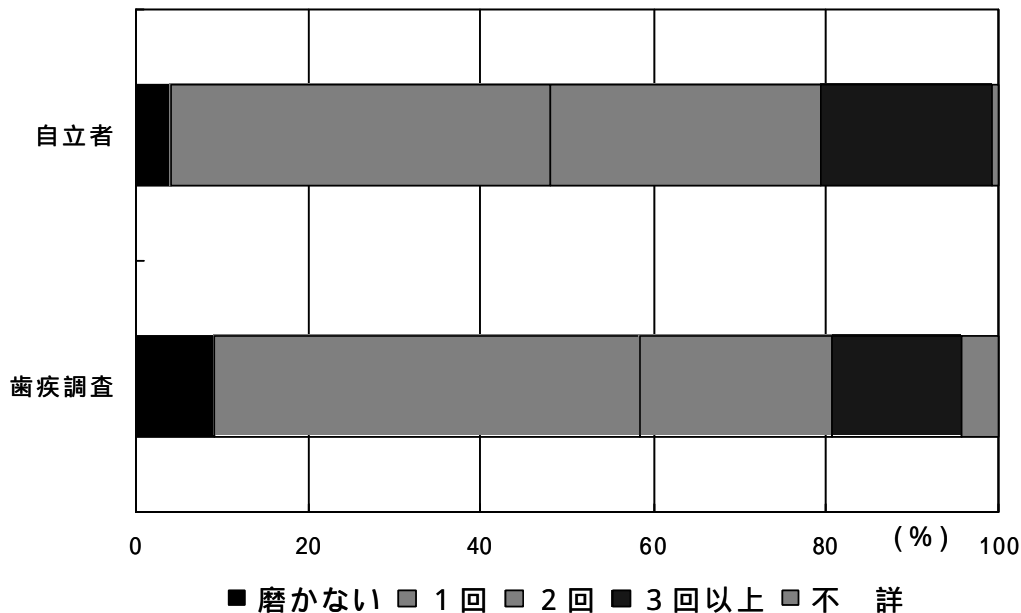
認定時に比較して追跡時の歯の動揺度は生理的動揺の歯の割合が19.3歯と僅かに減少していたが、動揺の認められる歯は3.0本であり、殆どの歯が骨植堅固な状態で保持されていた。部位別では上下顎臼歯部に比較して、上下顎前歯部に動揺の認められる歯が多い傾向にあった。

(4) 歯の清掃状況



認定時に比較して追跡時の歯の清掃状況は良好な者が減少し、不良な者が増加していた。普通な者の割合に大きな変化は認められなかった。

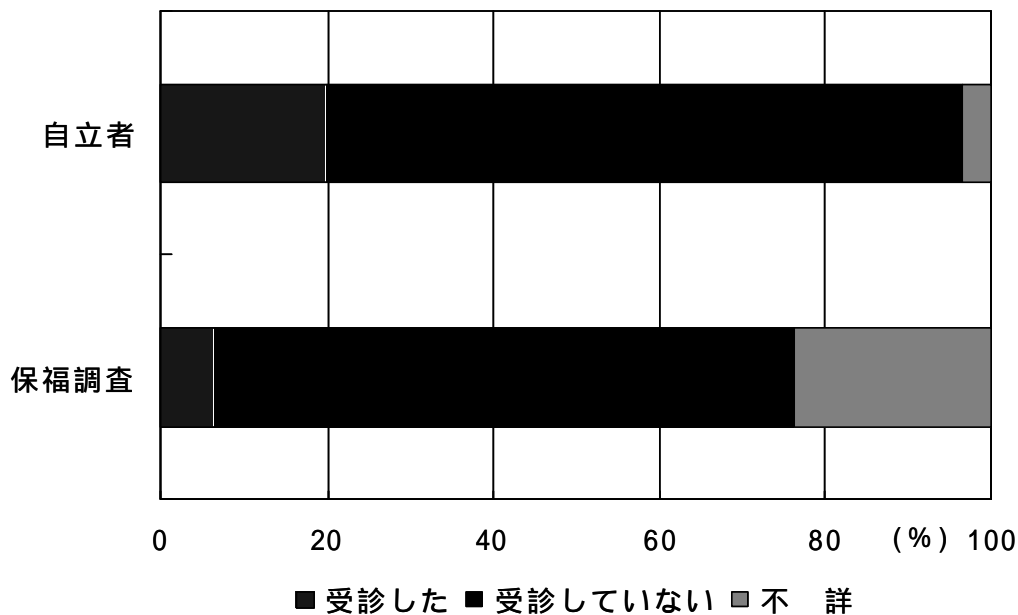
3 自立者の質問紙調査結果
 (1) 健康に関する7項目
 1日の刷牙回数



歯疾調査：平成11年歯科疾患実態調査報告(85歳～)

歯科疾患実態調査と比較して、自立者では磨かない者の割合は少ないものの、2回および3回以上磨く者の割合は51.3%と高率を示していた。

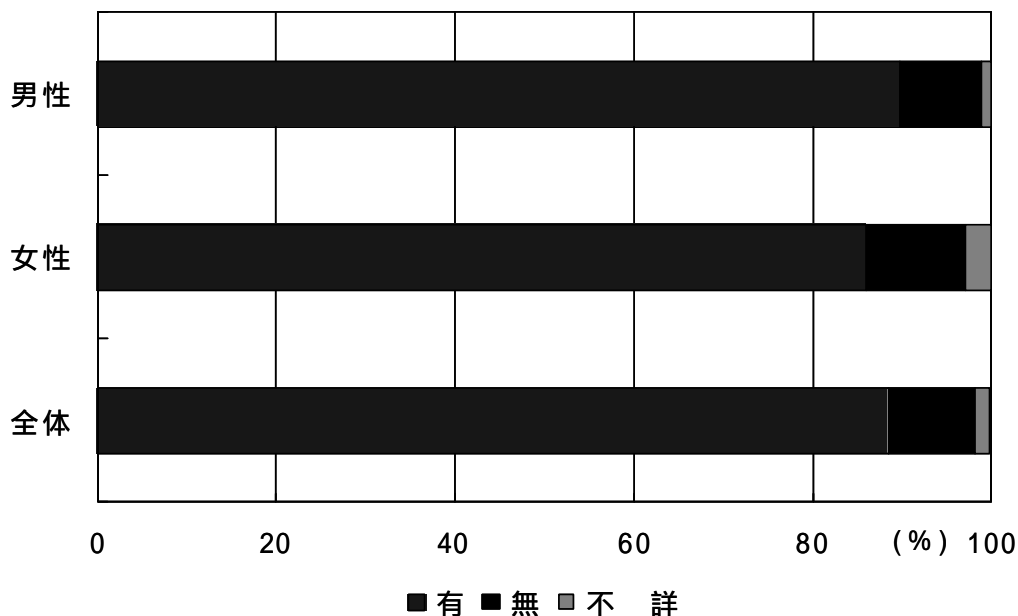
定期健康診査の受診状況



保福調査：平成11年保健福祉動向調査（80歳～）

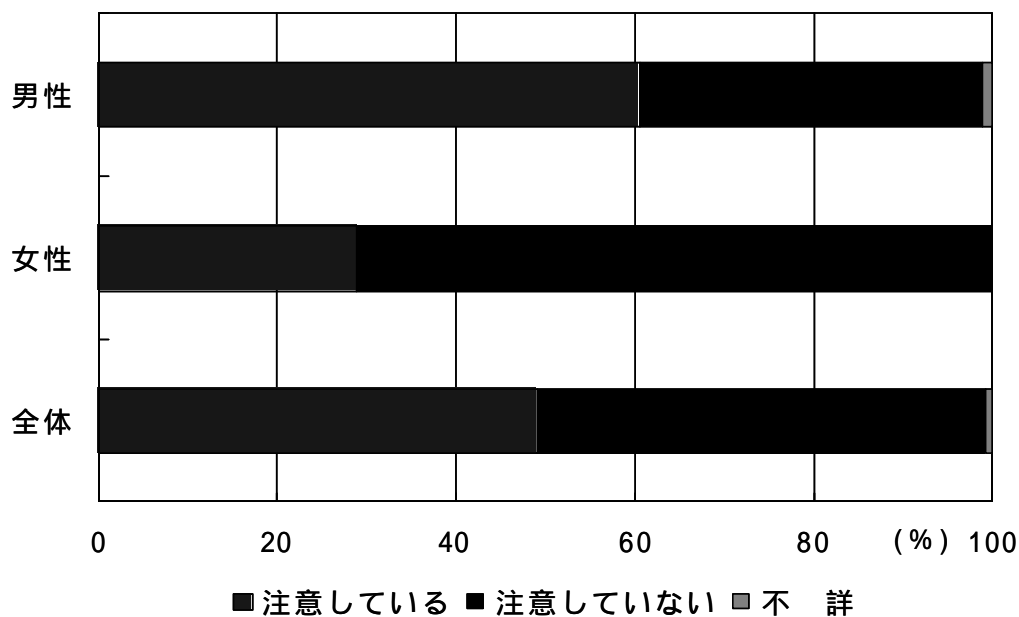
定期的に歯科健康診査を受診している者の割合は自立者ならびに保健福祉動向調査ともに少ないものの、自立者の方が約3倍多く認められた。

かかりつけ歯科医の有無



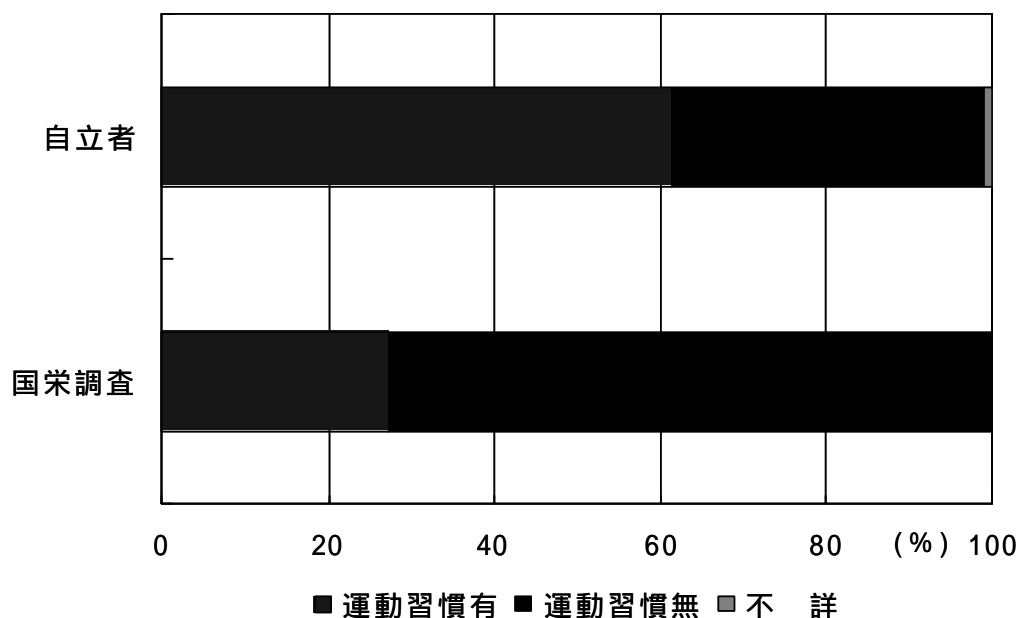
「いつも通院をする歯科医院」、いわゆる「かかりつけ歯科医」については男性89.8%、女性86.0%と殆どの者がかかりつけ歯科医を決めていた。

体型の状況(肥満・痩せすぎへの注意)



太り過ぎや痩せ過ぎなど体型に注意している者は全体では約5割の者が注意しているものの、女性では約7割の者が体型に注意していないことが認められた。

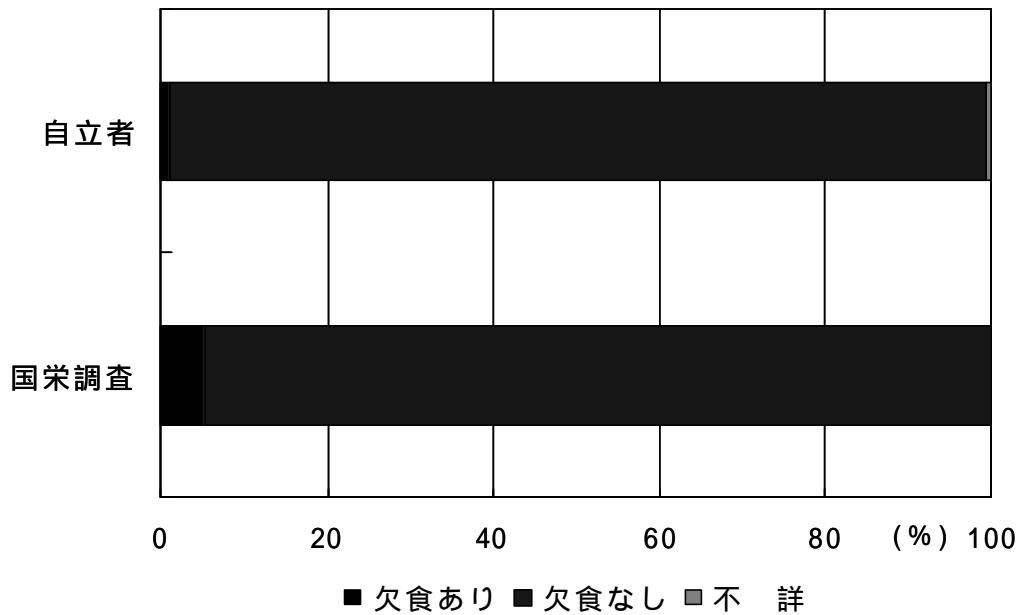
運動習慣の状況



国栄調査：平成10年国民栄養調査結果(70歳～)

運動習慣のある人は国民栄養調査の70歳以上の者が約3割と低率であるのに対して、自立者では約6割の者が毎日または定期的に運動を行っていた。

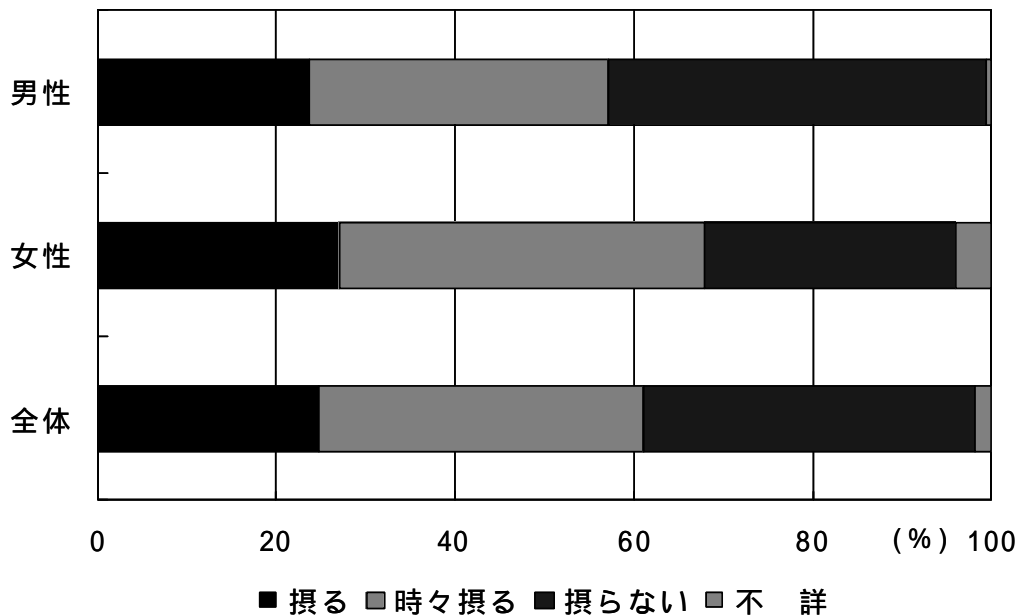
朝食の欠食率



国栄調査：平成10年国民栄養調査結果（60歳～）

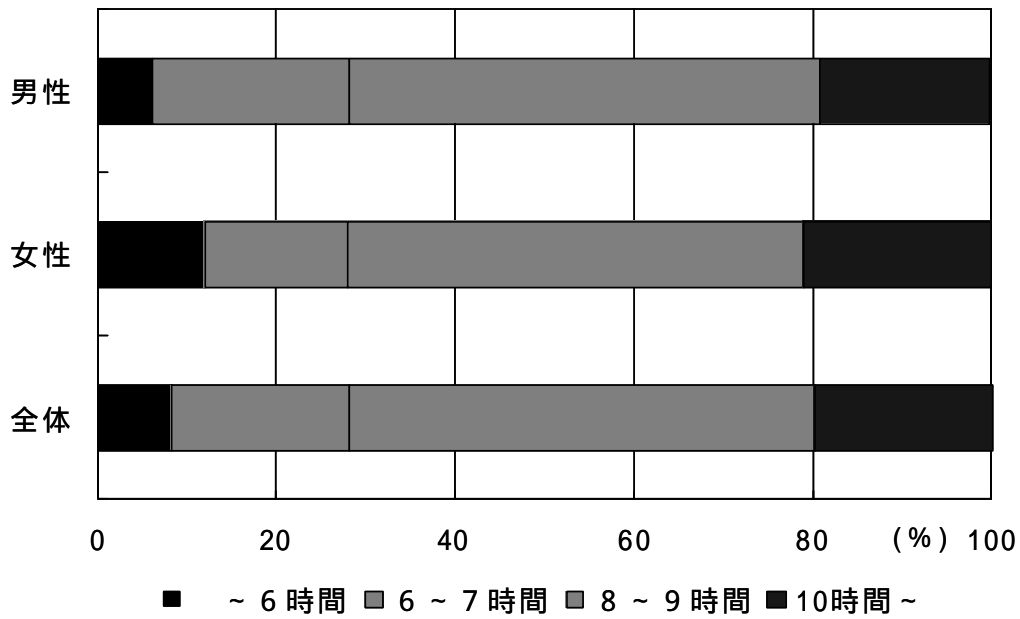
朝食の欠食率は自立者、国民栄養調査の対象者ともに少ないものの自立者は約1%と殆どの者が朝食を欠かさず摂っていることが認められた。

間食（含む夜食）の摂取状況



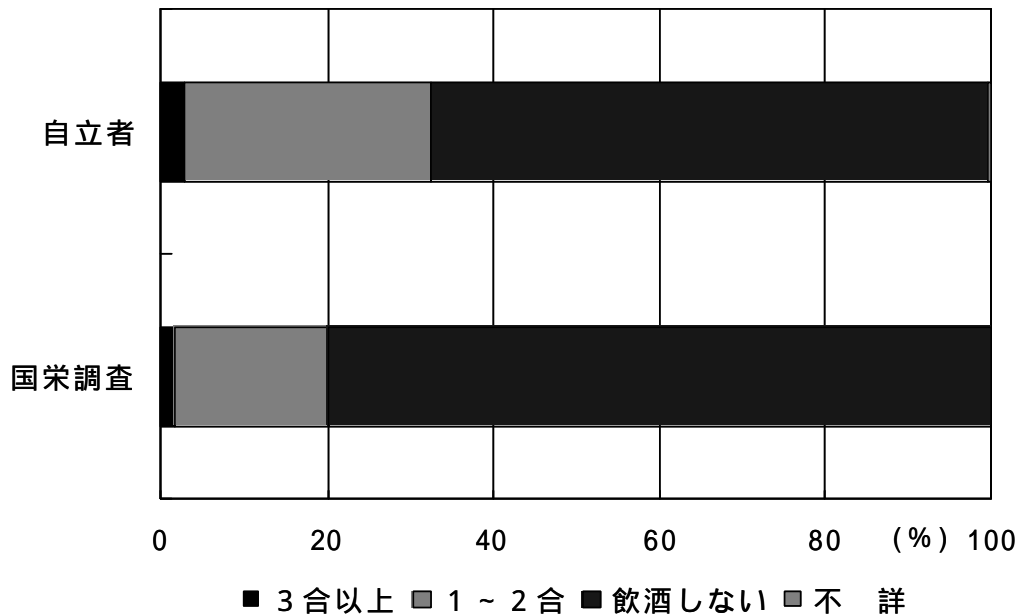
間食の摂取状況は摂らない者が男性では42.4%、女性では28.0%と男性の方が間食を摂らない者が多く認められた。

(2) ストレスに関する5項目
睡眠の状況



睡眠時間については男女ともに睡眠を十分とっていることが認められた。

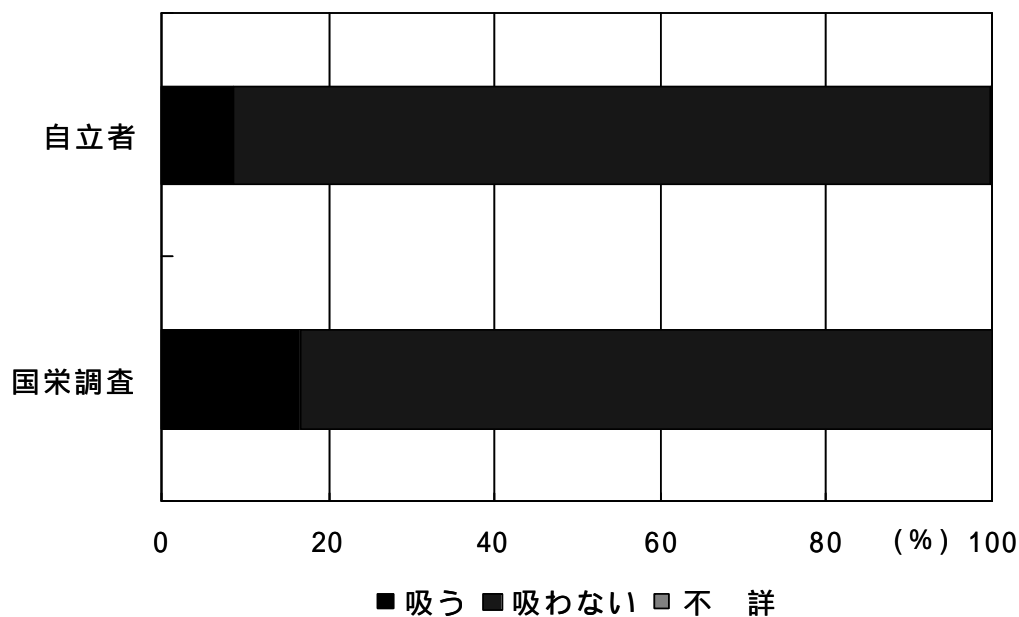
飲酒の状況



国栄調査：平成10年国民栄養調査結果(70歳～)

飲酒については自立者および国民栄養調査の対象者ともに飲酒しない者の割合が多いものの、自立者の飲酒する者の割合が国民栄養調査の対象者を上回っていた。

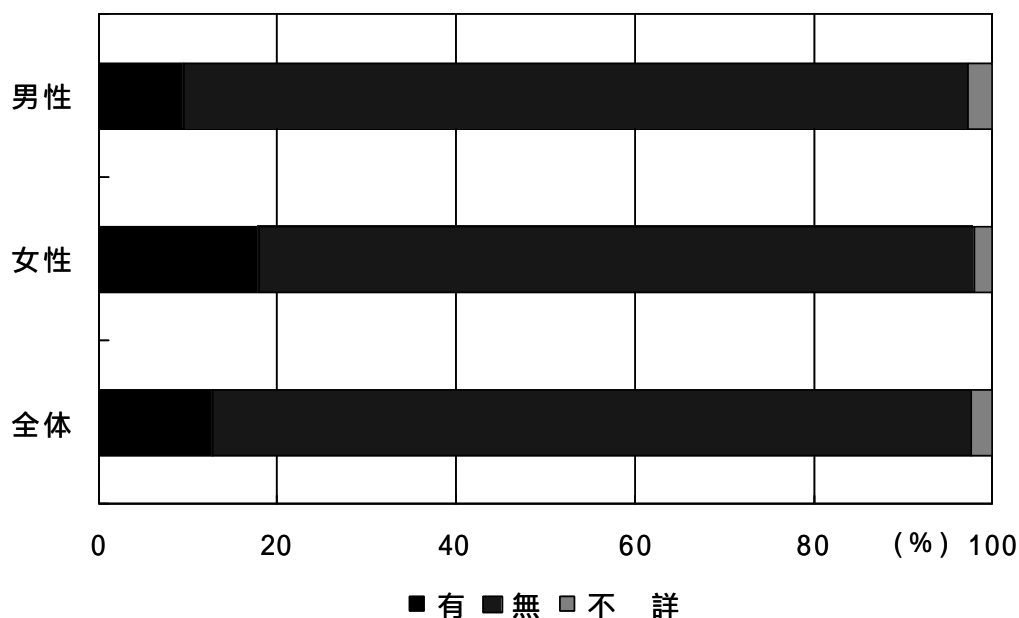
喫煙の状況



国栄調査：平成10年国民栄養調査結果（70歳～）

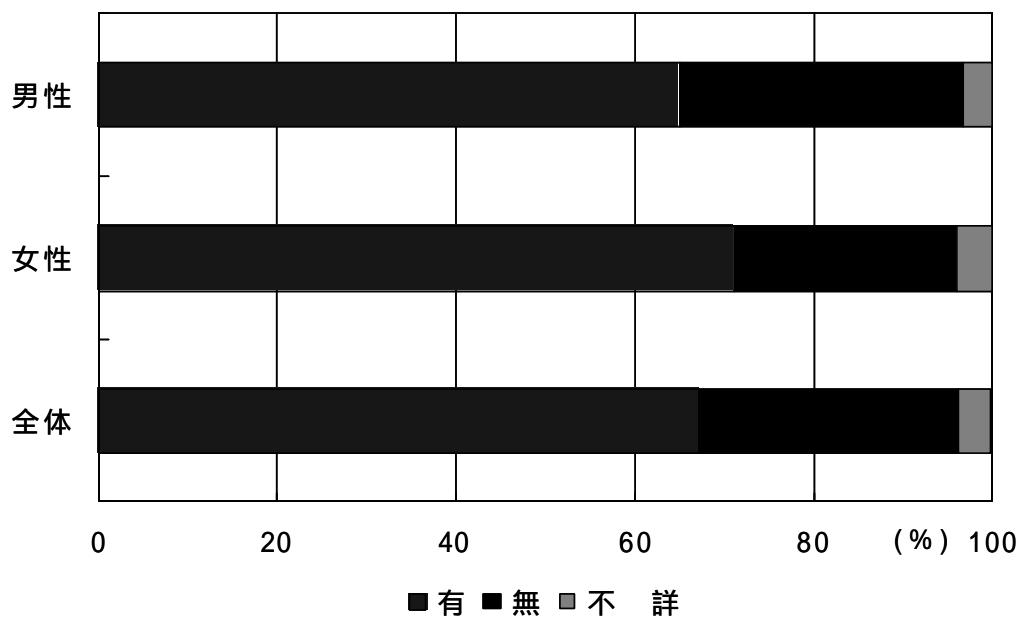
喫煙については自立者および国民栄養調査の対象者ともに喫煙しない者の割合が多いものの、飲酒とは逆に自立者の喫煙する者の割合が国民栄養調査の対象者の約半であった。

日常生活上の不快感(嫌なこと)の有無



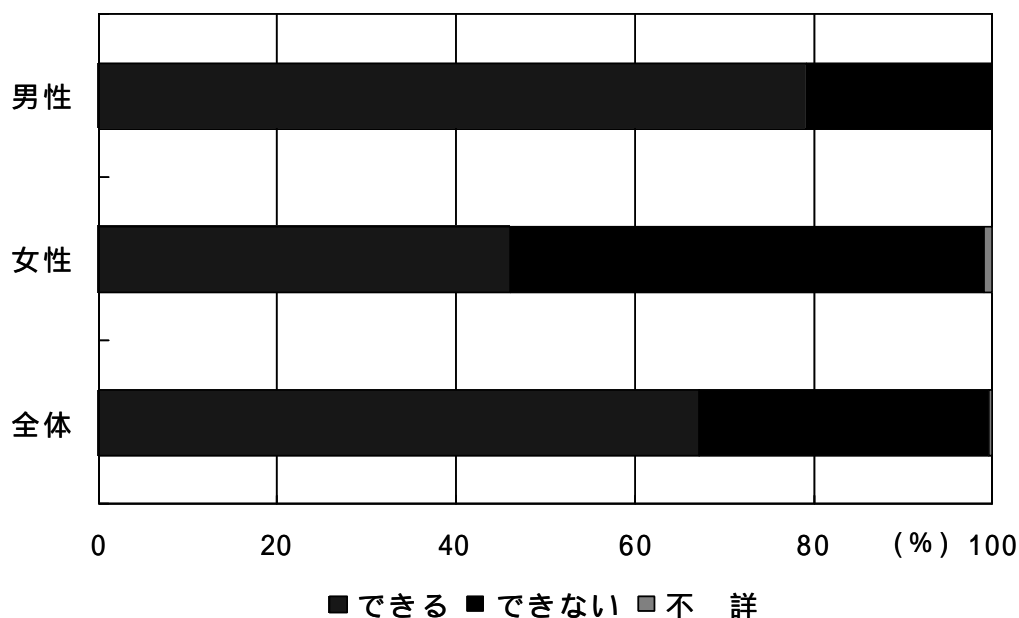
男女ともに日常生活上の不快なこと、嫌なことは、少ないものの女性の方が僅かに不快感を有している者の割合が多かった。

日常生活上の楽しいこと、嬉しいことの有無



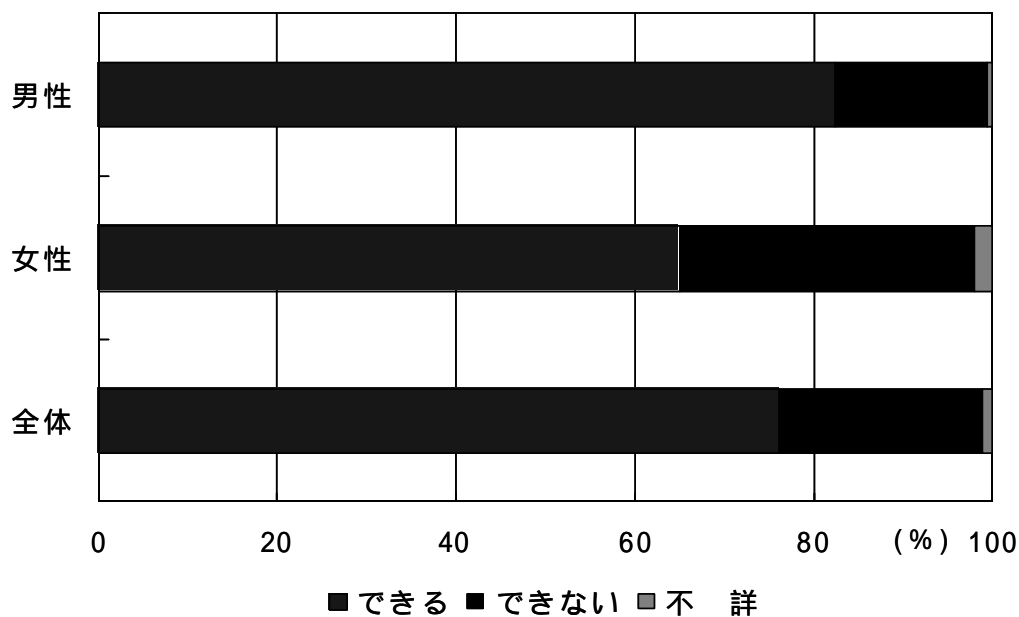
日常生活上の楽しいこと、嬉しいことは男女とも多く、女性では不快感を有している反面、楽しいこと、嬉しいことが多いことが認められた。

(3) 生活自立状況に関する5項目
バスや電車による外出(1人で)



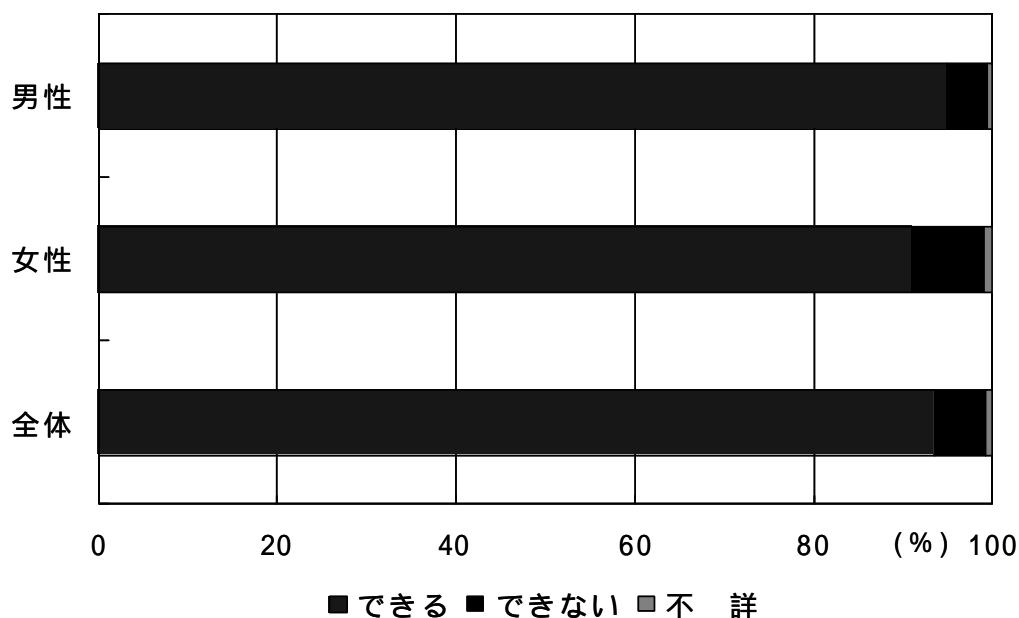
バスや電車による外出する者の割合は男性79.1%、女性46.1%と男性の方が高いものの、高齢になるに伴って少なくなる傾向が認められた。

日用品などの買い物



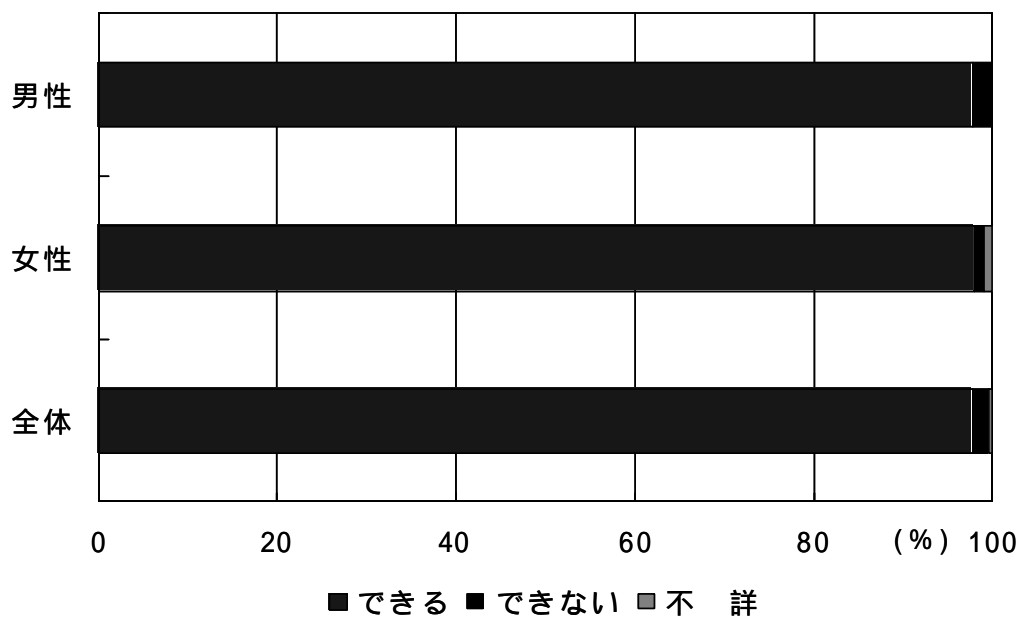
日用品などの買い物ができる者の割合は男性82.5%、女性65.0%と男性の方が高いものの、高齢になるに伴って少なくなる傾向が認められた。

入浴の状況



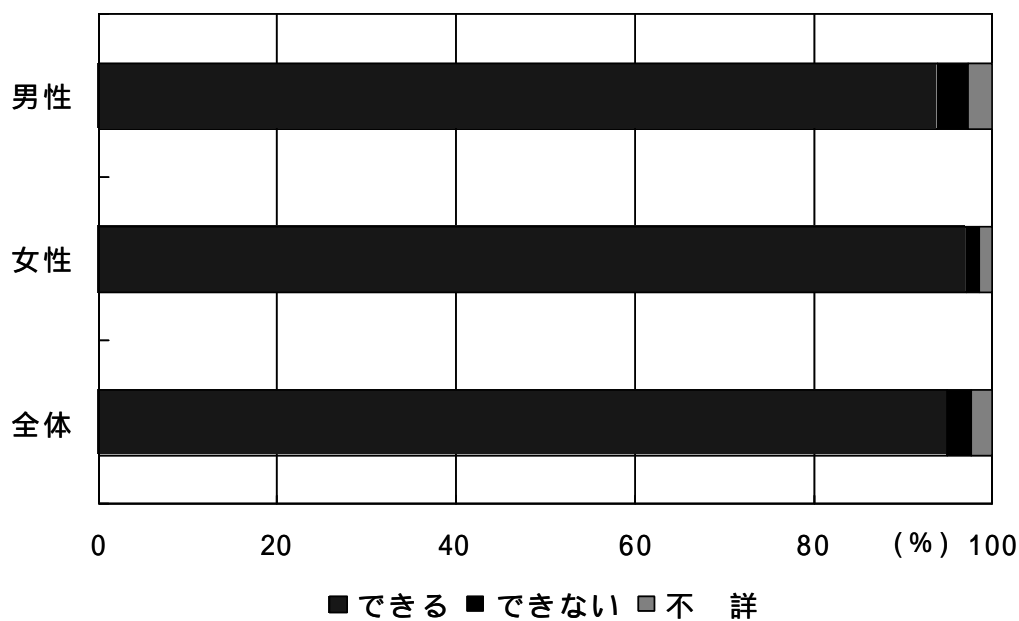
自分で入浴ができる者の割合は男性94.1%、女性91.0%で僅かに男性の方が高いものの、殆どの者が他人の力を借りずに入浴ができることが認められた。

排泄（排尿・排便）の状況



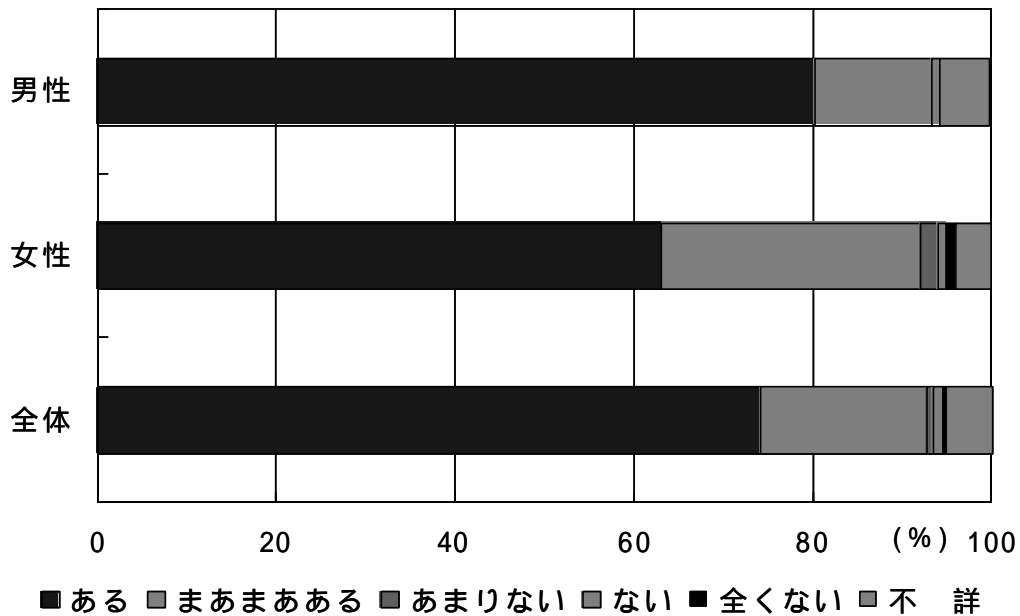
自分で排泄ができる者の割合は男性97.7%、女性98.0%で僅かに女性の方が多い。

着替えの状況



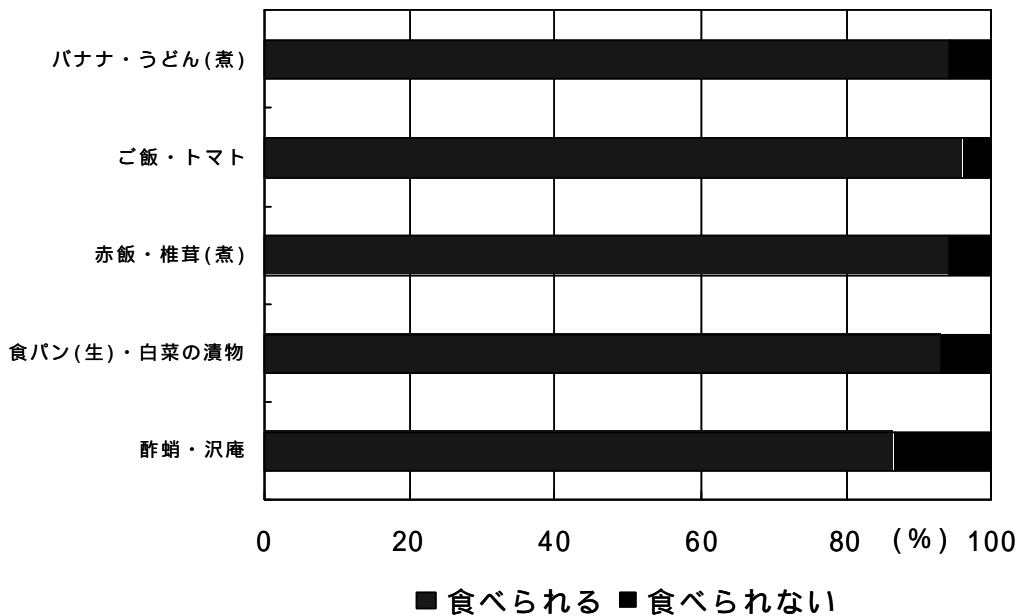
自分で着替えができる者の割合は男性93.8%、女性97.0%で排泄と同様に僅かに女性の方が多い。

(4) その他の3項目
食欲の状況



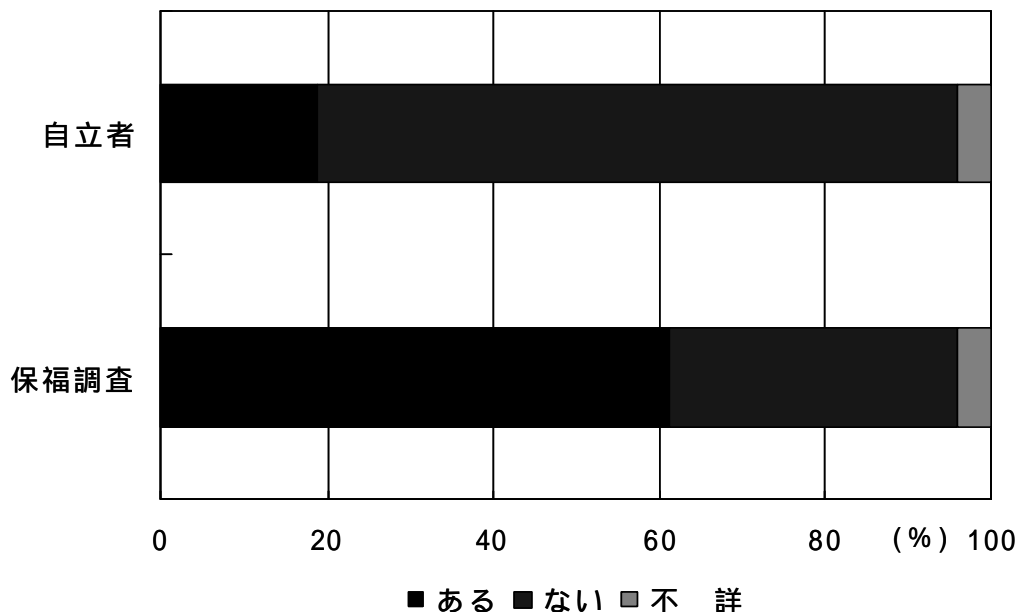
食欲については全体で70%以上の者が「あり」と回答し、「まあまあある」者と合わせると90%以上で、殆どの者が食欲については問題ないことが認められた。

食べられるものの状況



よく食べられる物の超定番食品である「ごはん」は勿論、比較的噛みにくいとされている「酢蛸・沢庵」でも殆どの者がよく噛んで食べられることから、自立者の咀嚼機能は良好な状態が維持されていることが認められた。

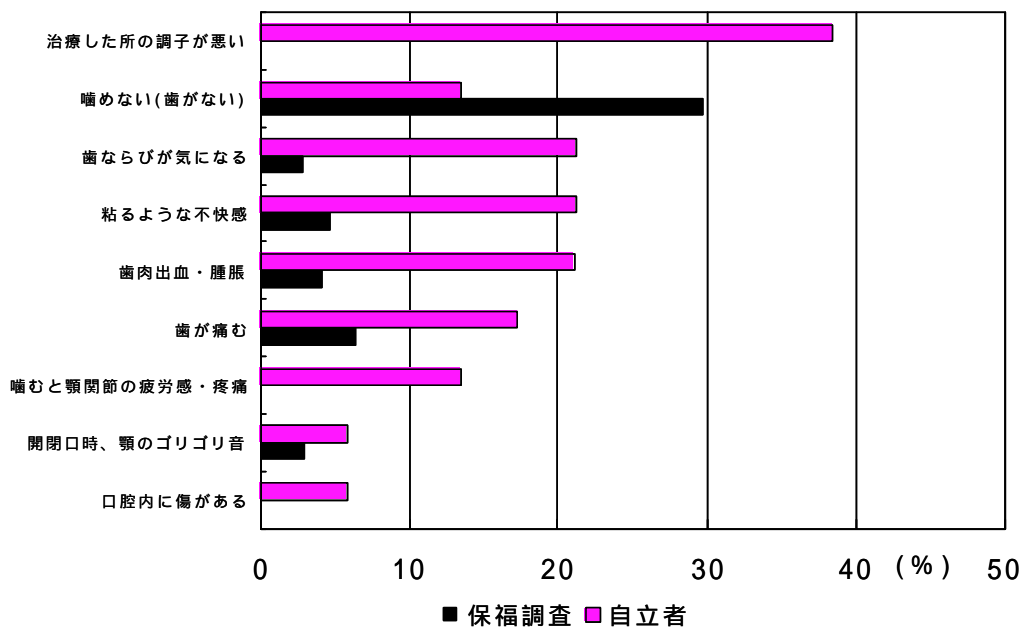
- 1 歯や口のなかの悩み事の有無



保福調査：平成11年保健福祉動向調査（85歳～）

保健福祉動向調査の対象者の約6割が歯や口のなかの悩み事を有しているのに対して、自立者では逆に約8割の者が悩み事がなかった。

- 2 歯や口のなかの悩み事や気になることの内容（複数回答）

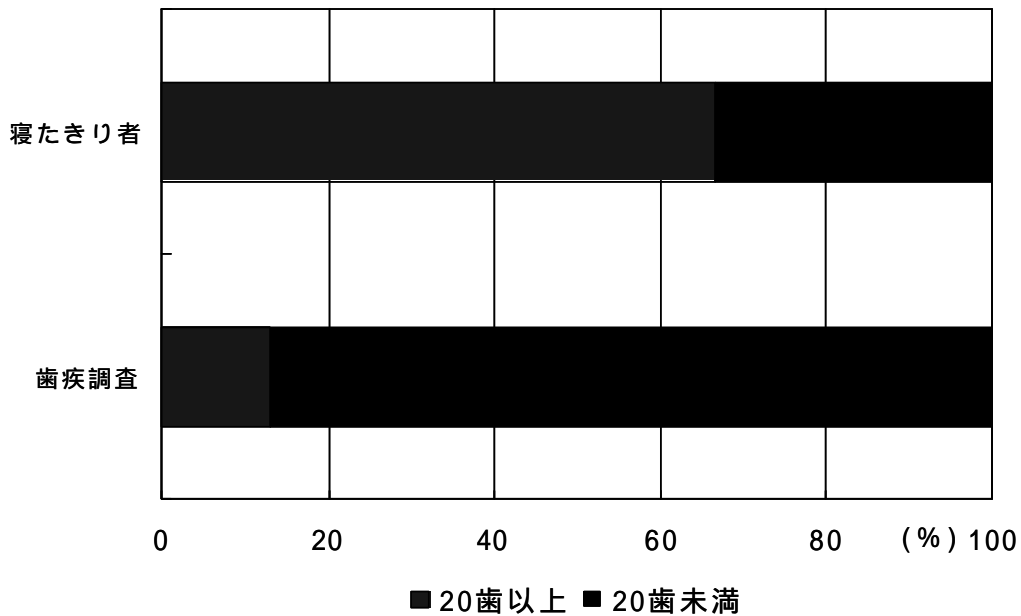


保福調査：平成11年保健福祉動向調査（85歳～）

歯や口のなかの悩み事や気になることの内容は自立者と保福調査と保健福祉動向調査の対子が異なっている。自立者は「噛めない」など、保福調査では「治療した所の調子が悪い」など、異なる悩み事がある。また、保福調査では「噛むと顎関節の疲労感・疼痛」など、自立者には見られない悩み事もある。

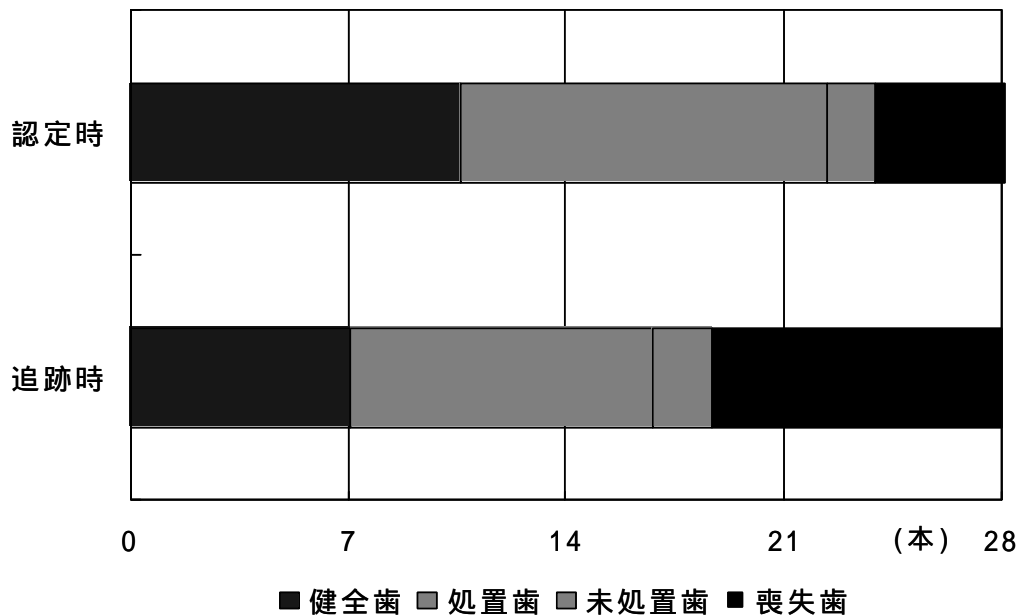
4 寝たきり者の歯科健康診査結果

(1) 現在歯の状況



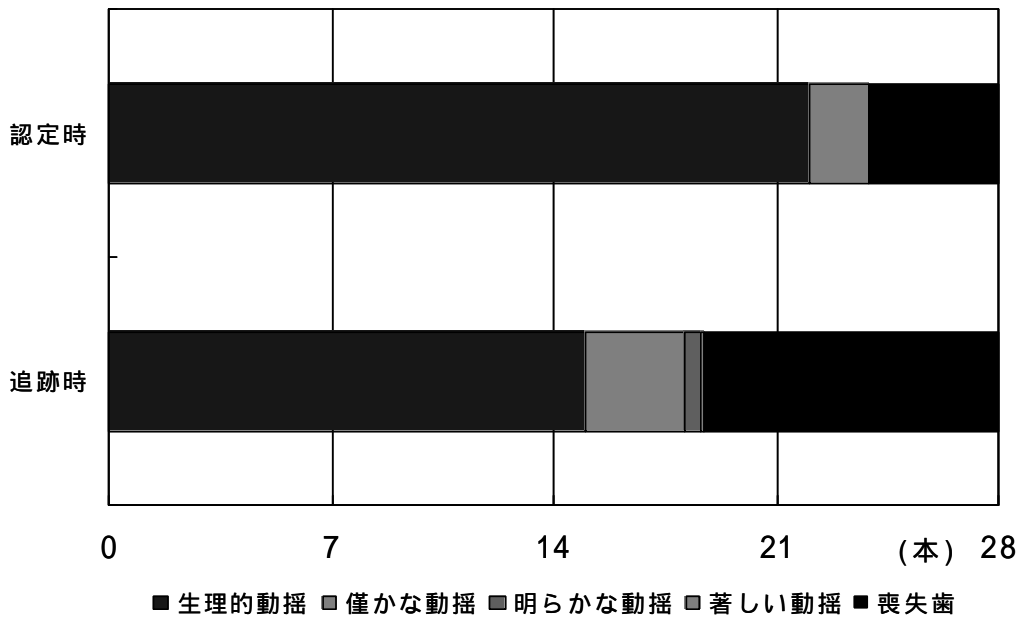
現在歯を20本以上保有する者は寝たきり者が66.7%で自立者の82.3%と比較する少ないものの、平成11年歯科疾患実態調査(80~84歳)の13%とより高い保有率であった。

(2) 歯の状況



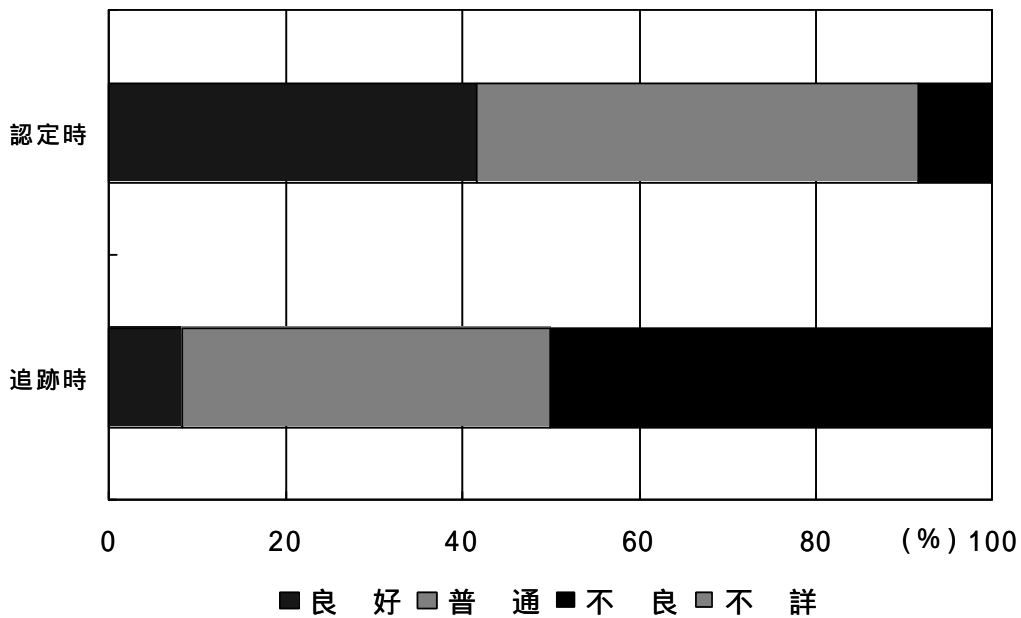
認定時に比較して追跡時の健全歯数は減少していたが、喪失歯数は増加していた。

(3) 歯の動揺度の状況



認定時に比較して追跡時の歯の動揺度は生理的動揺の歯の割合が7歯減少して15.0歯と大幅に減少していたが、動揺の認められる歯は3.7本であった。また、喪失歯もそれに伴い、5.2歯増加していた。

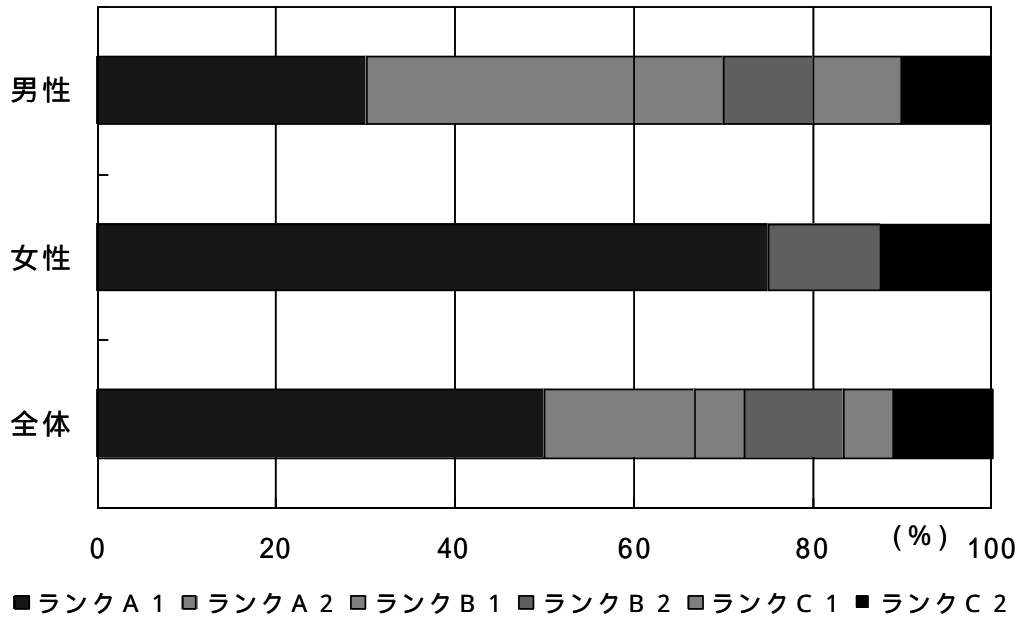
(4) 歯の清掃状況



認定時に比較して追跡時の歯の清掃状況は良好な者が大幅に減少し、逆に不良な者が約6倍増加していた。

5 寝たきり者の質問紙調査結果

(1) 寝たきり度

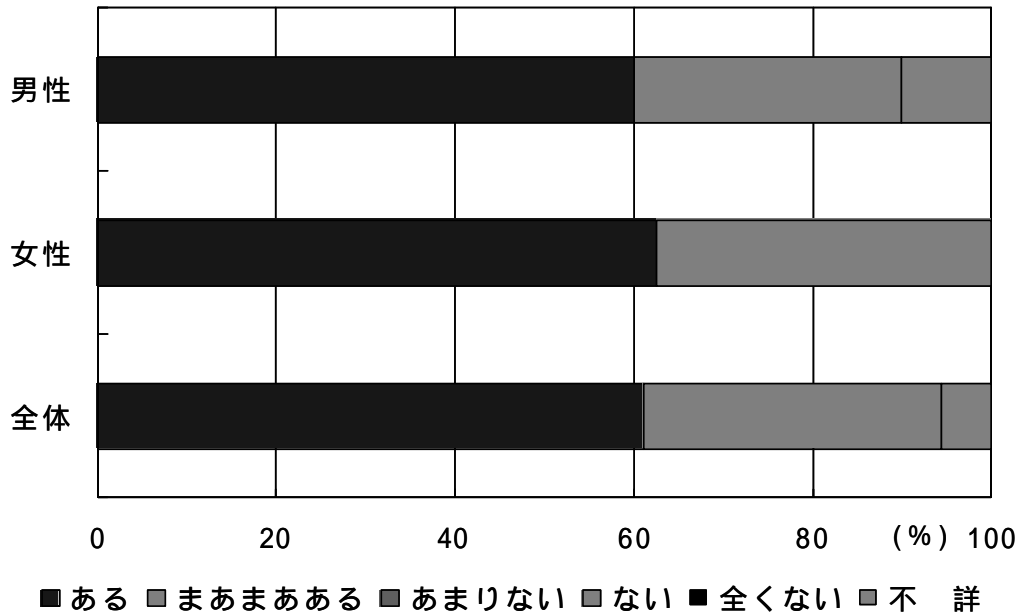


寝たきり状態の者の寝たきり度は、「屋内での生活は概ね自立しているが、介助なしには外出できない」準寝たきりの者が50.0%で、特に女性は約7割が「準寝たきり」で寝たきり度が軽度であった。

(2) 食事の摂取方法

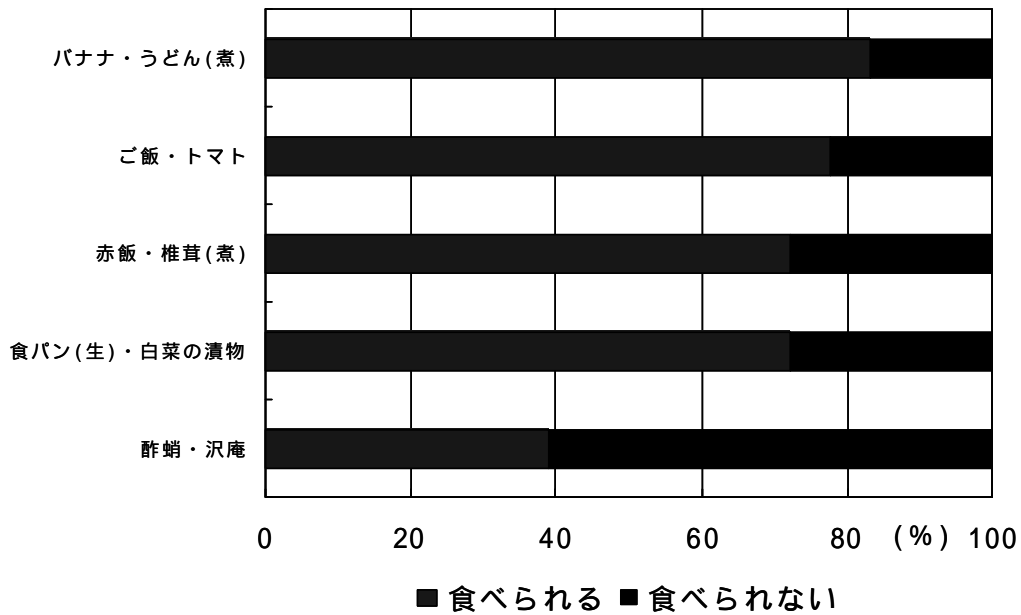
寝たきり者の食事の摂取方法は男性(10名)、女性(8名)ともに経口摂取(調整不要)のみであった。

(3) 食欲の状況



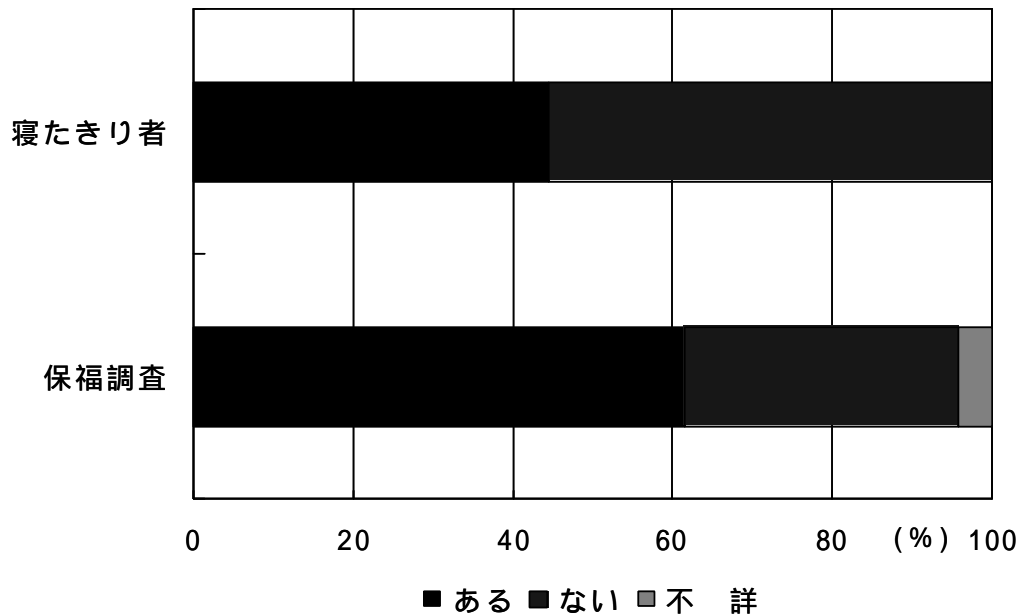
食欲については男女ともに「有る」者の割合を合わせると約60%であったが、自立者と比較すると約10%近く減少していた。

(4) 食べられるものの状況



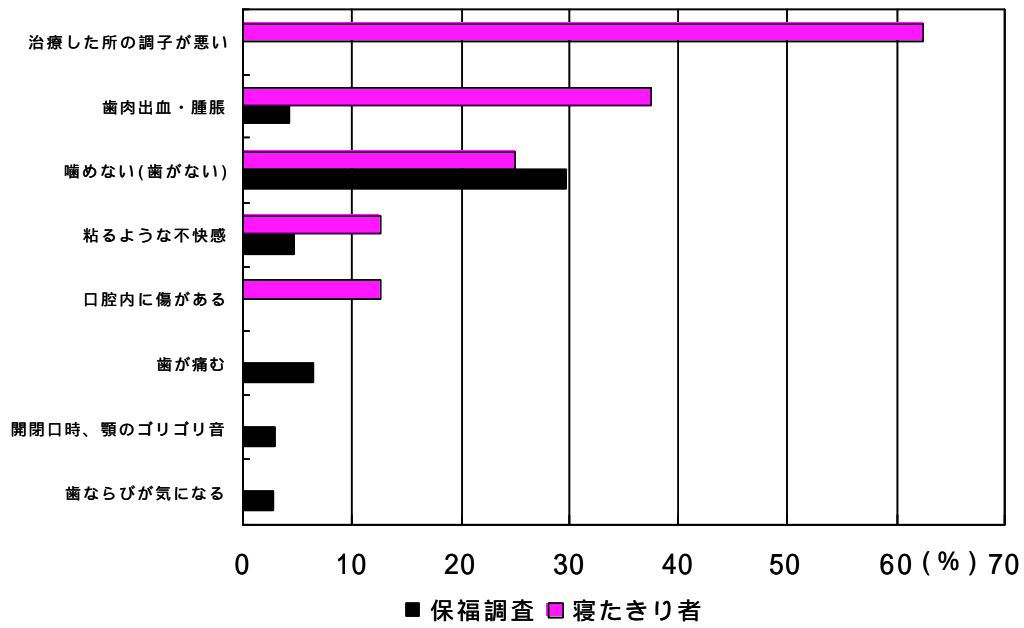
比較的噛みにくいとされている「酢蛸・沢庵」でも約4割の者は食べられると回答していたが、咀嚼機能は寝たきり状態になる前より低下していると考えられる。

(5)-1 歯や口のなかの悩み事の有無



保健福祉動向調査の対象者の約6割が歯や口のなかの悩み事を有しているのに対して、寝たきり者では逆に約6割弱の者が悩み事なかった。

(5)-2 歯や口のなかの悩み事や気になることの内容(複数回答)



寝たきり者の「歯や口のなかの悩み事や気になること」の内容は自立者とほぼ同様であったが、その割合は増加していた。

調査結果のまとめ

一般に寝たきり者の出現状況は、年齢が高くなるとそれに伴い出現率が高くなり、85歳以上では約27%とされている。調査対象の寝たきり者の出現率は約6%であることから、8020達成者は高い生活自立度を維持しているものと考えられる。

現在歯を20歯以上保有する者の割合をみると、寝たきり者は自立者に比較して、約15%減少するが、平成11年歯科疾患実態調査結果(80~84歳)より極めて高い保有率を示した。

歯の状況は自立者、寝たきり者ともに、認定時に比較して追跡時の健全歯数は減少し、逆に喪失歯数は増加していた。その割合は寝たきり者で極めて多く、この傾向は歯の動揺度あるいは歯の清掃状況にも認められ、寝たきり状態になって急激に口腔衛生状態が悪化することに起因すると考えられる。このことは、本調査の寝たきり者の調査協力が少ない原因のひとつに寝たきり者の家族あるいは介護者から調査協力を得られなかったことから伺える。健康調査から得られた自立者の生活状況では、健康に関連する7項目から、朝食を欠かさず摂り、約6割の者が毎日あるいは定期的に運動し、太り過ぎや痩せ過ぎなど体型に注意し、間食をそれほど摂ることもなく、歯磨きも1日2回以上行っていることなどから、健康に関して意識が高いことが伺われた。また、定期的に歯科健康診査を受診している者は少ないものの、約9割の者がかかりつけ歯科医を決めていた。ストレスに関する生活習慣5項目から、睡眠時間を十分とり、喫煙せず、飲酒量も少なく、不快なことが少ない反面、楽しいことが多い精神的に快適な生活を過ごしている者が多いことが認められた。生活自立状況に関する5項目からは、「バスや電車による外出」および「日用品などの買い物」といった社会的生活行動では「外出する・買い物する」という回答が男性に多く、「排泄や着替えの状況」といった家庭的生活行動では「介助なく自分一人できる」という回答が女性に多く認められ、個人のこれまでの育成環境あるいは時代背景が影響していると考えられた。その他の3項目からは、約9割の者が食欲があり、比較的噛みにくいとされている「酢蛸・沢庵」を含めた食品をよく噛んで食べることができると回答した者が約8割あったことから、自立者の咀嚼機能は良好な状態が維持されていることが認められた。歯や口のなかの悩み事については、平成11年保健福祉動向調査(85歳以上)では約6割の者が悩み事を有しているのに対して、自立者では逆に約8割が悩みごとが無いと回答していた。悩み事や気になることの内容については、自立者では「治療した所の調子が悪い」、「歯ならびが気になる」、「歯が痛い」といった歯を保有していることに起因することが多いのに対して、保健福祉動向調査では「噛めない」といった歯の喪失に起因することが約3割占めていた。以上のことから、8020達成は余命の延長すなわち生きる力に加えて、生活自立に関与していることが推察された。さらに、健全歯のままで保有していくことの重要性が明らかになり、今後の歯科保健医療対策においては、CUREからCAREへの変化を進展していく必要性を示唆しているものと考えられる。

調查票

歯っぴいライフ8020認定者アンケート(自立者用)

お答えは、記載または該当事項を○でお囲み下さい

氏名()
性別(1.男 2.女) 年齢(満 歳)
身長(cm) 体重(kg)

1. 1日何回、歯を磨きますか 1日 回
2. 歯と歯ぐきの健康のために、歯科医院で定期的に診てもらっていますか
はい いいえ
3. いつも通院する歯科医院を決めていますか
はい いいえ
4. 睡眠時間はどれくらいですか
6時間未満 6～7時間 8～9時間 10時間以上
5. 喫煙をしますか
はい いいえ
6. 肥満や痩せすぎに注意していますか
はい いいえ
7. 平均して1日の飲酒の量はどうか
多い 少ない 飲酒しない
8. 運動をしていますか
毎日している 定期的に行っている していない
9. 朝食を毎日食べていますか
はい いいえ
10. 間食(夜食を含む)をしていますか
はい いいえ 時々
11. 毎日の生活において、不快なことや嫌なことが多くありますか
はい いいえ

12. 毎日の生活において、楽しいことやうれしいことが多くありますか

はい いいえ

13. バスや電車を使って1人で外出できますか

できる できない

14. 日用品の買い物ができますか

できる できない

15. 自分で入浴ができますか

できる できない

16. 自分で排泄（排尿、排便）ができますか

できる できない

17. 自分で着替えができますか

できる できない

18. よく噛んで食べられるものはどれですか。食べられるものすべてに をつけてください

バナナ、うどん（煮） トマト、ご飯 しいたけ（煮）、赤飯
食パン（生）、白菜の漬物 酢だこ、たくわん

19. 毎日の食欲について当てはまるものはどれですか

食欲があり、毎回の食事が待ち遠しい

食欲はあるが、食事をしたくないことが週に1、2回ある

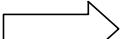
食欲があまりなく、食事をしたくないことが2日に1回はある

食欲がなく、食事をしたくないことが毎日1回はある

食欲がまったくなく、食事の時間が苦痛である

20. 歯や顎などについて悩みがありますか

特にない

ある  どんな悩みですか。いくつでも をつけてください

a 歯が痛む

b 歯並びが気になる

c 歯ぐきから血が出る

d 歯ぐきが腫れている

e 口の中がねばねばする

f 噛めない(歯がない)

g 噛むと顎の関節が疲れたり痛んだりする

h 顎を開閉すると雑音が聞こえる

i 口の中に傷ができています

j 治療したところの調子が悪い

歯っぴいライフ8020認定者アンケート（要介護者・寝たきり者用）

調査年月日 年 月

氏 名	性 別	生 年 月 日	調査歯科医師名
	男・女	明治・大正 年 月 日	

(1) 寝たきり度判定 該当するランクと1、2に をつけてください

準寝たきり	ランクA	屋内での生活は概ね自立しているが、介助なしには外出しない 1. 介助により外出、日中はほとんどベットから離れて生活 2. 外出の頻度は少なく、日中も寝たきりの生活をしている
寝たきり	ランクB	屋内でも生活は何等かの介助を要し、日中もベットでの生活が主体であるが座居を保つ 1. 車椅子に移乗し、食事、排泄はベットから離れて行う 2. 介助により車椅子に移乗する
	ランクC	一日中ベットの上で過ごし、食事、排泄、着替えにおいて介助を要する 1. 自分で寝返りをうつ 2. 自分では寝返りをうたない

(2) 食事の摂取方法 該当するランク1～3に を記入してください

1. 経口摂取（調整不要）のみ 2. 経口摂取と経管栄養 3. 経管栄養のみ（NGチューブ）

(3) 食べられる物の状況 該当するランクA～Eに をつけてください（複数回答可）

ランク	A	B	C	D	E
食品分類	バナナ うどん（煮）	トマト ご飯	しいたけ（煮） 赤飯	食パン（生） 白菜の漬物	酢だこ たくわん

(4) 食欲の状況 該当するランク1～5に をつけてください

1. 食欲があり、毎回の食事が待ち遠しい
2. 食欲はあるが、食事をしたくないことが週に1、2回はある
3. 食欲があまりなく、食事をしたくないことが2日に1回はある
4. 食欲がなく、食事をしたくないことが毎日1回はある
5. 食欲がまったくなく、食事の時間が苦痛である

(5) 歯や口の中の悩み事

1. 特になし
2. ある → 該当する項目を選び をつけてください（複数回答可）
 - A. 歯が痛い
 - B. 歯並びが悪い
 - C. 歯ぐきから血が出る
 - D. 歯ぐきが腫れている
 - E. 口の中がねばねばする
 - F. 噛めない（歯がない）
 - G. 噛むと顎の関節が疲れたり痛んだりする
 - H. 顎を開閉すると雑音が聞こえる
 - I. 口の中に傷ができています
 - J. 入れ歯やかぶせたりしたところの調子が悪い

ご協力ありがとうございました