

2016年9月26日掲載

80歳で20本
達成には意識改革 必要

現在多くの人知っている「8020運動」とは、1989(平成元)年から厚生省(当時)と日本歯科医師会が連携して推進している「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動です。

現在、日本において80歳での平均で歯が残っている数は14本です。30歳から歯周病やむし歯により歯が少なくなり始めて、60歳ぐらいで歯を喪失する機会は加速してしまうといわれており、結果として80歳では今のところはこの程度しか残らない状況です。

では、ほかの国ではどのような状況なのかといえば、80歳で残存する歯の数の平均はアメリカで18本、スウェーデンでは20本だそうです。特にスウェーデンでは8020はもう達成されています。

この差はどこから生まれるのか、いろいろな意見はありますが、歯を守る処置を受けるための定期健診の受診率をみると、スウェーデンが80%、アメリカが70%なのに対して日本は約15%といわれています。

歯がむし歯になってから治療を受けることが常識になっている日本と、むし歯や歯周病を進みにくくする治療が日常的に行われている国の差が出ているという見方もあります。

8020達成はもちろん、個々の健康寿命を引き上げるために、意識改革が必要かもしれません。