

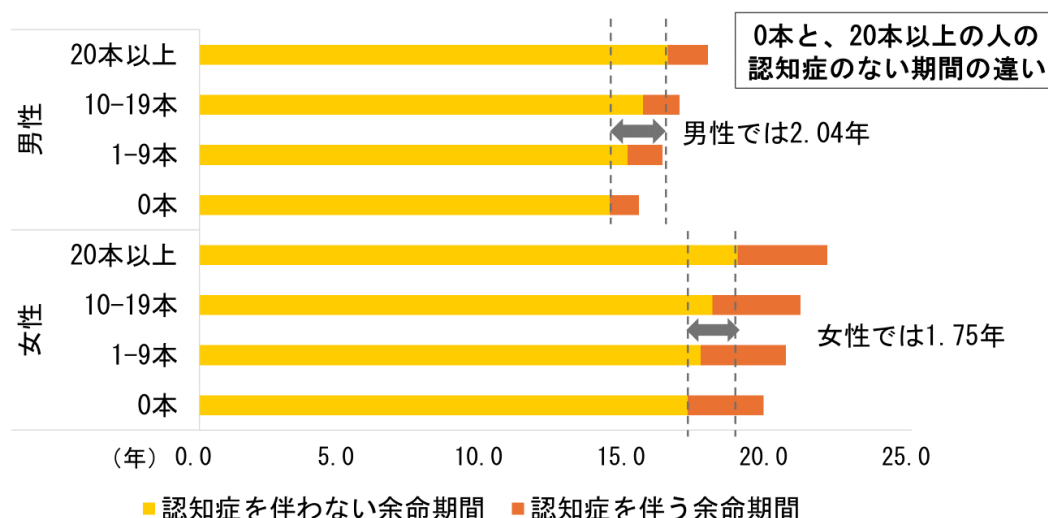
歯が多いほど、認知症のない余命期間が長い ～20本以上の歯を持つ人は、0本と比べ、男性では2.04年、 女性では1.75年、認知症のない期間が長い～

超高齢社会を迎えた日本では、認知症対策が重要課題です。これまでの研究で、歯の喪失が認知症の発症リスクの上昇と関連していることが報告されていますが、歯の本数によって認知症の発症率が高まるかどうかに着目した報告が多く、政策立案に役立つ余命期間などの絶対値で評価した研究はありませんでした。

東北大学学際科学フロンティア研究所・木内桜助教、東京科学大学・相田潤教授らの研究グループは、日本の自立高齢者約44,000人の10年間の追跡調査から、歯の本数によって認知症のない余命期間がどの程度異なっているのかを検討しました。その結果、歯が多いことは、認知症のない期間および全余命期間の延長と関連していました。65歳時点の認知症のない余命期間は、歯が0本の人と比較して、歯が20本以上の人では男性で2.04年、女性で1.75年長いことが分かりました。本研究から、歯の喪失を予防することが、認知症のない余命期間や全余命期間の延長につながる可能性が示唆されました。フッ化物の使用普及や砂糖への対策など、歯の喪失を予防するための個人での対策や公衆衛生施策が重要であると考えられます。本成果は2024年9月11日に老年学分野の国際誌であるJournal of the American Medical Directors Associationにて公表されました。

お問い合わせ先：
 東北大学学際科学フロンティア研究所
 東北大学大学院歯学研究科 国際歯科保健学分野
 助教 木内 桜 sakura.kiuchi.e2@tohoku.ac.jp

歯が多いほど、認知症のない余命期間が長い



●65歳時点の結果

データ：日本老年学的評価研究（JAGES）

対象：65歳以上の日本に住む高齢者 (n=44,083人)

■背景

先行研究から、歯の喪失は認知症の発症リスクの上昇と関連していることが報告されています。口腔の健康状態による余命期間の違いを推計することは、政策の立案などに役立つと考えられますが、歯の本数によって認知症のない余命期間がどの程度異なっているのかを検討した研究はありませんでした。そこで本研究では、日本人の高齢者を対象に、歯の本数による認知症のない余命期間と全余命期間を推定しました。

■対象と方法

本研究では、65歳以上の自立した高齢者を対象とした日本老年学的評価研究(JAGES)の2010年のベースライン調査に回答した人を対象とし、ベースライン時点とその後10年間の追跡調査データを分析に使用しました。歯の本数($\geq 20/10-19/1-9/0$ 本)を調査し、認知症の発症と全死亡の発生との関連を調べました。分析に際しては、年齢、性別、教育歴、婚姻状況、等価所得、歩行時間、抑うつ状態、飲酒歴、喫煙歴、合併症(糖尿病、高血圧、脳卒中、心疾患)の影響を除外しました。統計解析として、歯の本数によって認知症のある余命期間とない余命期間がどの程度異なるかを算出しました。

■結果

44,083人(男性:46.8%)の調査参加者を対象としました。平均年齢は73.7歳でした。追跡期間中、参加者の17.3%に認知症の発症、21.4%に死亡が発生しました。関連する要因を考慮した解析の結果、歯が少ないことは認知症の発生と関連しており、20本以上歯を持つ人と比較した10-19本の人の認知症発症のリスクは1.14倍、1-9本では1.15倍、0本では1.13倍でした。死亡の発生のリスクも、10-19本の人では1.13倍、1-9本では1.27倍、0本では1.47倍と高く、関連が見られました。モデルから推定された65歳時点での認知症のない平均余命期間は、男性で0本の歯を有する人では、16.43年、20本以上の人では、18.88年、女性では0本の歯を有する人で14.40年、20本以上の人で17.12年でした。65歳時点での認知症の期間も含む全余命期間は、20本以上の歯がある人では、男性で17.84年、女性で22.03年、歯が0本の場合、男性で15.42年、女性で19.79年でした。

■結論

歯を多く有することは、認知症を伴わない余命期間および全余命の延長と関連していました。

■本研究の意義

本研究の結果から、歯の喪失を予防することが、認知症のない余命期間や全余命期間の延長につながる可能性が示唆されました。歯みがきやフッ化物歯磨剤の使用、禁煙、歯科受診といった個人での対策に加えて、若年期からの集団フッ化物洗口の実施や砂糖税の導入などの公衆衛生施策を通じて、歯の喪失を予防することが重要であると考えられます。



表. 歯の本数による 65 歳時点の全余命期間、認知症を伴わない余命期間、認知症を伴う余命期間の差(年)

		認知症を 伴わない期間	認知症を伴わない 期間の違い	認知症を 伴う期間	認知症を伴う 期間の違い	全余命 期間	全余命期間 の違い
男性	20 本	16.43	Ref	1.41	Ref	17.84	Ref
	10-19 本	15.56	-0.88	1.29	-0.12	16.85	-0.99
	1-9 本	15.03	-1.41	1.21	-0.19	16.24	-1.60
	0 本	14.40	-2.04	1.02	-0.39	15.42	-2.42
女性	20 本	18.88	Ref	3.15	Ref	22.03	Ref
	10-19 本	17.99	-0.88	3.09	-0.06	21.08	-0.94
	1-9 本	17.59	-1.29	2.99	-0.16	20.58	-1.45
	0 本	17.12	-1.75	2.67	-0.49	19.79	-2.24

略: Ref: Reference

Note: 性別、年齢、教育歴、婚姻歴、所得、飲酒歴、喫煙歴、歩行時間、うつ、既往歴(糖尿病、高血圧、脳卒中、心臓病の有無)を調整したモデルから推計した。

■発表論文

S. Kiuchi, Y. Matsuyama, K. Takeuchi, T. Kusama, U. Cooray, K. Osaka, J. Aida, Number of teeth and dementia-free life expectancy: A 10-year follow-up study from the japan gerontological evaluation study. J Am Med Dir Assoc. 2024;(105258):105258.

■謝辞

本研究は、JSPS科研(20H00557, 20K10540, 21H03153, 21H03196, 21K17302, 22H00934, 22H03299, 22K04450, 22K13558, 22K17409, 23H00449, 23H03117, 22K20984, 22H03299, 23H03117, 19H03861, 23K24557, 23K27807, 24K20095)、厚生労働科学研究費補助金(19FA1012, 19FA2001, 21FA1012, 22FA2001, 22FA1010, 22FG2001)、OPERA(JPMJOP1831)、健康・体力づくり事業財団助成金、TMDU重点研究領域助成、防災科学技術研究所研究助成などの支援を受け実施しました。調査にご協力いただいた参加者の皆様に記してお礼申し上げます。