

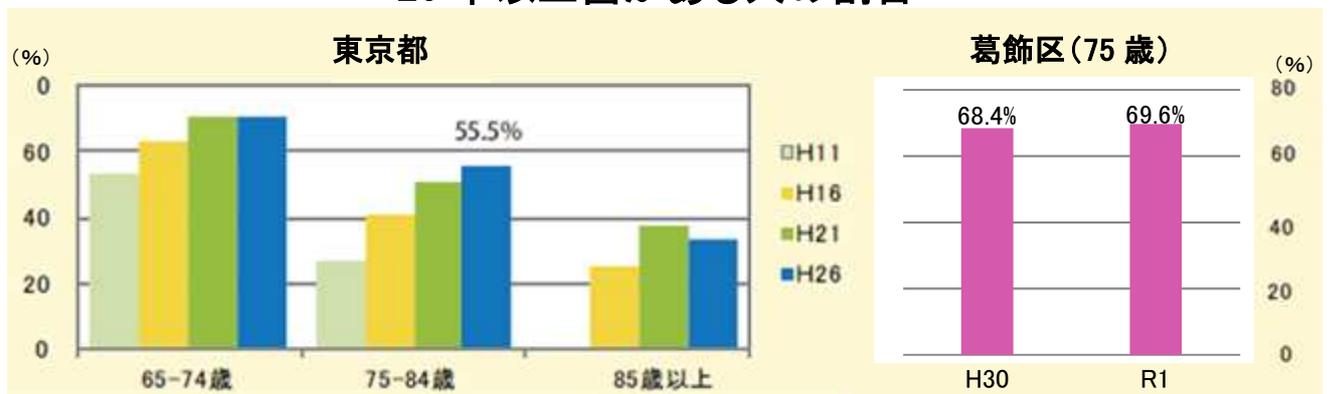
# 高齢期で抱える現状と課題

## 増加傾向のむし歯と歯周病の現状

東京都において、「8020」(80歳で20本の歯を残す)を達成した75歳～84歳までの割合は年々高くなり、55.5%に達しました。85歳以上も3割以上の方に20本以上の歯があります。

葛飾区は75歳の7割近くの方に20本以上の歯があり、その割合は増加傾向にあります。

### 20本以上歯がある人の割合

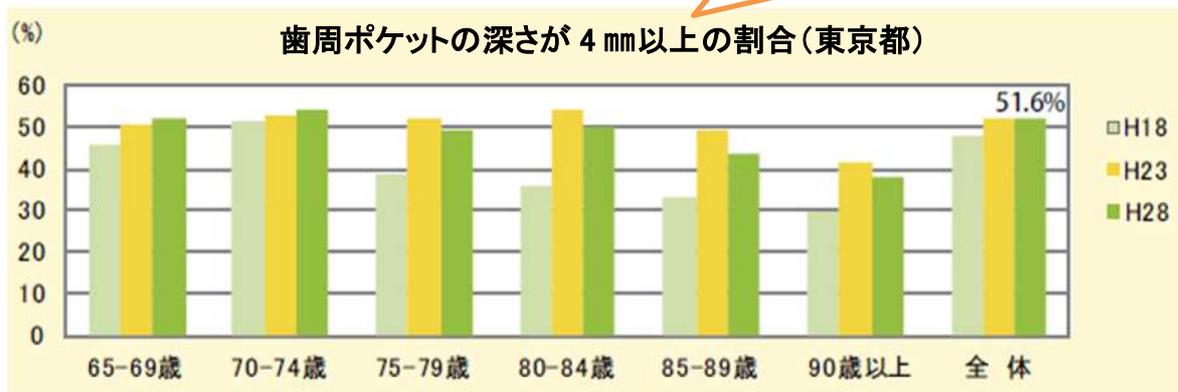


出典: 東京都「東京都歯科診療所患者調査」(平成 11,16,21,26 年度)

出典: 葛飾区長寿歯科健康診査(平成 30、令和元年度)

### 歯が増えたからこそその課題...

進行した歯周病(歯周ポケット4mm以上)を有する人は平成18年から28年の10年間で増加傾向



出典: 東京都「東京の歯科保健」(平成 18,23,28 年度)

多くの歯が残っていることにより、むし歯も歯周病も増加傾向になっており、歯科治療の必要性も高くなります。

理由の1つとして、加齢に伴うお口の変化により、むし歯や歯周病のリスクが高くなります。

### 加齢に伴うお口の変化

- ・唾液が少なくなる
- ・歯肉が下がり、歯の根が露出する
- ・歯が徐々にすり減ってくる

少しずつ変化していくので  
気づきにくい

など



歯の形態が複雑になったり加齢や疾患の影響で動作が思い通りにできないことで、歯みがきが困難となり、清掃状態が悪化することもあります。



**定期的にかかりつけ歯科医で  
歯石除去や歯面清掃などの予防処置を受けることが必要です。**



### かかりつけ歯科医とは

治療だけではなく、お口の相談をいつでもできる決まった歯医者者のことです。

唾液が出にくくなったり筋力が衰えたりというお口の変化は、少しずつ変わっていくので自分自身では気づきにくいです。

お口の変化に伴いセルフケアの見直しが必要になります。またお口の様々な病気を予防するため、歯や歯肉・粘膜などのセルフチェックも欠かせません。自分自身でケアやチェックをおこなうことはもちろん、定期的にかかりつけ歯科医で診てもらうことで小さな変化を見落とさず、早めに処置することができます。

また自宅近くにかかりつけ歯科医をもつことも大切で、万が一在宅療養になった場合に医科と介護との連携がスムーズにいきます。



高齢期で抱える課題

その他は...

『誤嚥性肺炎』『「口から食べる」をいつまでも』をご覧ください。