

水や空気のように当たり前だった医療保障が、
いま大きく変わろうとしています。
患者さんにとって、そして国民にとって必要な医療が何か、
何が役に立っているか・・・それを考えるとき、
診療室で患者さんからいただいた情報ほど確かなものはありません。

no.2 2007.8.31

製作：有限会社 秋 編集事務所 イラスト：高田橋千佳子

患者さんからもらった確かな情報・・・

POEM

Patient Oriented Evidence and Message



The Japan Health Care Dental Association

日本ヘルスケア歯科研究会

事務局 東京都文京区関口 1-45-15-104 ☎ 03-5227-3716 Fax. 03-3260-4906

URL <http://www.healthcare.gr.jp> E-mail: center@healthcare.gr.jp

日本ヘルスケア歯科研究会では、患者本位の診療を提唱していますが、本当に患者さんの利益になっているかどうかを評価するために、たくさんの研究調査活動をしています。ご関心のある方は、研究調査報告書をご請求ください。

監修 内藤 徹（福岡歯科大学講師、総合歯科学講座）

■ お口の中の健康が、生活のクオリティを高める ■

「ごめんなさい、歯医者予約があるの」

……これはハリウッド映画で、誘いを断るときの常套句です。

こんなふうに断られて、「どこが悪いの」と聞く人はいません。ここで「予約」というのは、治療でなく定期的なケアを受けるための予約だからです。健康保険のない米国で、悪くなって通ったのでは大変な出費になります。会社で加入する保険会社の疾病保険では、歯科の治療は十分にカバーされない代わり、定期ケアのサービスが付いています。加入者の健康こそが、保険会社の利益につながるという賢い計算からです。

日本では、だれでも安く治療を受けることができるので米国のような心配はありません。それでも、私たちが、定期的なケアを勧めるのは、それが歯の健康にプラスだからです。それだけではありません。健康は快適な生活につながります。「悪くなるたび治療する」人と、快適を維持するために定期的に通っている人では、長い生涯、生活のクオリティに大きな違いが生まれるでしょう。



定期的なケアの価値を、より多くの人々に理解していただくため、私たちは、お口の状態と生活の快適さ（QOL, Quality of Life 生活の質）について、健康関連 QOL スコアを使って調査を始めています*。

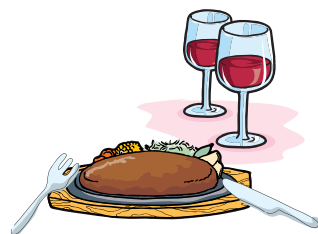
* 日本ヘルスケア歯科研究会の26診療施設で、2006年8月20日から9月20日の間に来院された40歳以上の方（4,317人中有効回答者3,238人、平均年齢57.8歳±10.5）を対象に、お口の健康状態とQOLスコアを調べました。この調査研究は5年にわたって継続する予定です。

◎ 患者本位の医療評価に役立つ健康関連 QOL

医者は、病気の仕組みを知っていますが、病気のつらさは分かりません。高齢化によって病気の性格が次第に変化して、医療の目的も病気の克服一辺倒ではなくなっています。そんな中で、患者さんに治療効果の情報を提供するとき、患者の主観を重視した健康関連 QOL が重要な役割を果たします。

たとえば「がん」は、完全治癒の難しい病気ですが、治療方法を選択するときに術後の生存率とならんで健康関連 QOL の評価が大きな意味をもちます。とくに乳がんでは、患者さんが希望する温存療法（胸筋温存乳房切除術）について術後の QOL 評価が繰り返され、治療方法の流れが変化してきました。前立腺がんでも、高齢者では、術後の QOL 評価から根治的切除手術を望まない患者さんが増えています。

アレルギー、尿失禁、不眠、慢性の痛みなど、医者に分かってもらえない病気から、患者本位の評価法の研究が広がっています。



患者本位の医療評価に役立つ健康関連 QOL (つづき)

今回の調査では、28 本の全部の歯が残っている人の QOL (SF-8 身体的サマリースコア) を 1 としたとき、20 歯未満しか残っていない人の QOL は 0.96 くらいだということが分かりました。



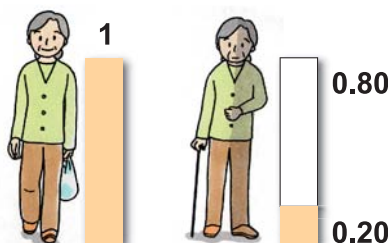
1 年間に新たに歯を失うほど重度の歯周病になる人は、50 代で 1,000 人に 6 人程度と推測されます。歯周病では 1 年間に一人あたり 0.00024 単位の QOL が低下する計算になります。ちなみに脳卒中で同様の計算をすると、次のとおりです。

高血圧の人が脳卒中を防ぐための降圧剤治療と歯周病のメインテナンスにかかる費用から 1QOL 単位を守るためにかかる費用を計算すると…

$$0.04 \times \frac{6}{1,000 \text{ 人}} = 0.00024 \text{ QOL} = \frac{6,000 \text{ 円}}{\text{メインテナンス受診}} \times 30\% \text{ ----- } 7,500,000 \text{ 円} / 1\text{QOL}$$

メインテナンス受診 歯の喪失の抑制

歯周病のメインテナンス治療 6,000 円 / 人
歯の喪失による 1 人あたりの QOL 低下 / 年 = 0.00024 単位
メインテナンス治療による歯の喪失の抑制 = 30%
メインテナンス治療による 1QOL 単位の費用 = 750 万円



$$0.004 \text{ QOL} \text{ ----- } 250,000,000 \text{ 円} / 1\text{QOL}$$

脳卒中の抑制

脳卒中の降圧剤治療 300,000 円 / 人
脳卒中による 1 人あたりの QOL 低下 / 年 = 0.004 単位
降圧剤治療による脳卒中の抑制 = 30%
降圧剤治療による脳卒中予防の 1QOL 単位の費用 = 2.5 億円

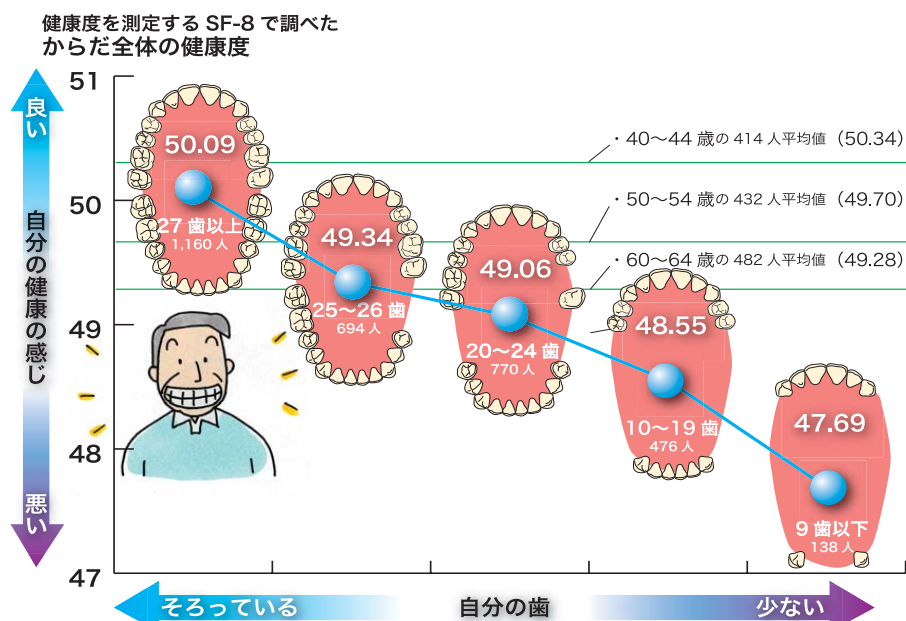
医療費のほとんどは、末期医療に使われ、健康寿命の延長にはほとんど使われていません。歯周病は、重症になる前であれば、治療は難しくありません。予防も簡単です。

歯の数とからだの健康度は深い関係

やっぱり、ひとは歯から年をとる

全身のからだの健康度 (SF-8) と歯の数の間には密接な関係があることがわかりました。

全身 QOL は、SF-8 という質問法によって評価しました。得点が高いほど、全身の健康が良好だと自覚していると判定されます。





お口の健康度を調べてみませんか

お口の健康度を測るための質問紙式の QOL 指標として GOHAI (General Oral Health Assessment Index) が使われています。
この調査の一部にはこの質問が使われています。

過去3ヵ月間に、どのくらいの頻度で次のようなことがありましたか。

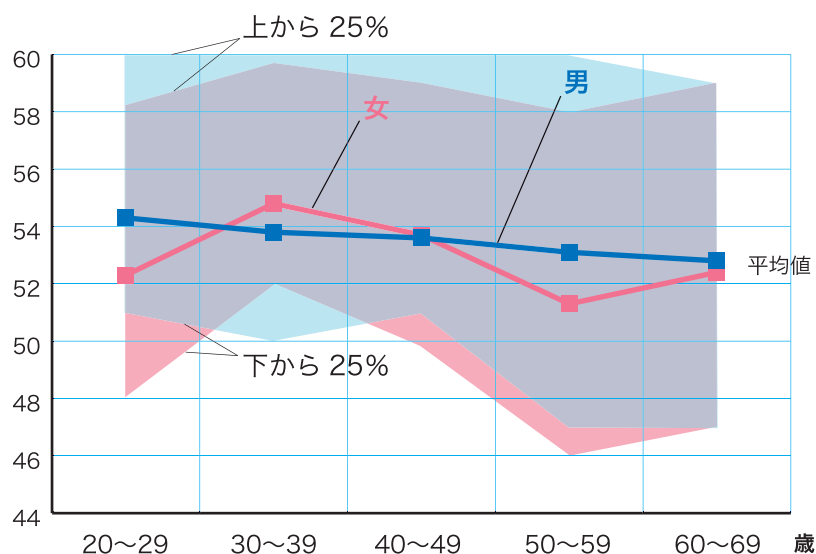
それぞれの質問 (1～12) について、もっとも近いと思われる番号 (1～5) にひとつ ○ を付けて下さい。

[注: 「口の中」とは、「歯」や「歯ぐき」、「舌」、「口の粘膜」、「入れ歯」などすべてを含みます]

過去3ヵ月間のうち	いつも そうだった	よく あった	時々 あった	めったに なかった	まったく なかった
1) 口の中の調子が悪いせいで、食べ物の種類や食べる量を控えることがありましたか?	1	2	3	4	5
2) 食べ物をかみ切ったり、かんだりしにくいことがありましたか? (例: かたい肉やリンゴなど)	1	2	3	4	5
3) 食べ物や飲み物を、楽にずっと飲みこめないことがありましたか?	1	2	3	4	5
4) 口の中の調子のせいで、思い通りにしゃべられないことがありましたか?	1	2	3	4	5
5) 口の中の調子のせいで、楽に食べられないことがありましたか?	1	2	3	4	5
6) 口の中の調子のせいで、人とかかわりを控えることがありましたか?	1	2	3	4	5
7) 口の中の見た目について、不満に思うことがありましたか?	1	2	3	4	5
8) 口や口のまわりの痛みや不快感のために、薬を使うことがありましたか?	1	2	3	4	5
9) 口の中の調子の悪さが、気になることがありましたか?	1	2	3	4	5
10) 口の中の調子が悪いせいで、人目を気にすることがありましたか?	1	2	3	4	5
11) 口の中の調子が悪いせいで、人前で落ち着いて食べられないことがありましたか?	1	2	3	4	5
12) 口の中で、熱いものや冷たいものや甘いものがしみることはありましたか?	1	2	3	4	5

GOHAI (Japanese version) Copyright © 2003 by Mariko Naito. All rights reserved.

GOHAI 国民標準値
＝お口の健康度の指標



女性のお口の QOL は年齢によって変化しがちです。

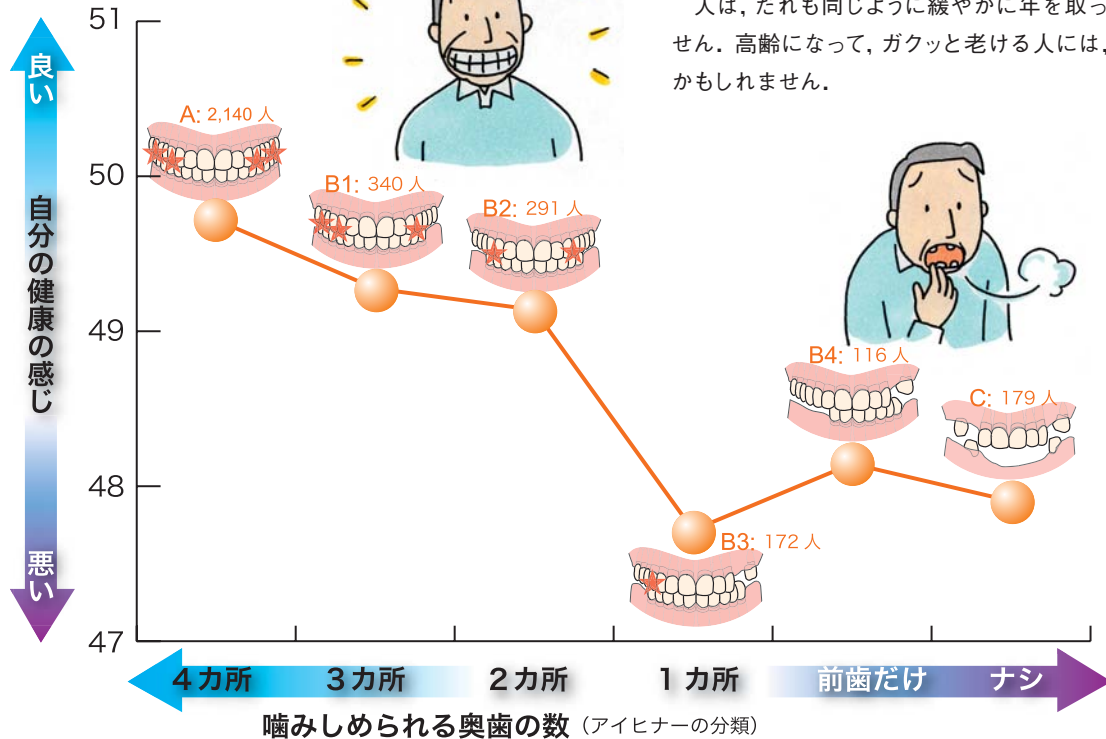
日本国民の年齢階級別の標準値。あなたの得点は平均よりも良いか悪いかな?



1カ所でしか噛めなくなると、気分も滅入る

上下の噛み合う大臼歯、小臼歯をそれぞれ1ブロックと考え、両側の奥歯4ブロックの有無で大雑把にかみ合わせを分類してみると…

健康度を測定するSF-8で調べたからだ全体の健康度



1カ所でしか噛めなくなると急にからだ全体の健康度がガクッと落ちることがわかります(分類B3)。

人は、だれも同じように緩やかに年を取っていくわけではありません。高齢になって、ガクッと老ける人には、こんな理由があるのかもしれない。



お口の健康はこころの健康

お口の健康と同時にこころの健康度も測定しました。うつうつスクリーニングにも用いられている GHQ (General Health Questionnaire) という質問紙を用いました。GHQの得点が4点を超えるとうつうつの可能性があると判定されますが、得点が増えるほどお口のQOLも低下していることがわかりました。

からだとお口の健康度

