

おとなのオーラルケア健康診査 マニュアル

20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳・妊婦のオーラルケア



仙台市
歯と口の健康づくりネットワーク会議

はじめに

お口の健康は全身の健康の入口とも言われており、「おいしく食事を味わうこと」や「会話を楽しむこと」などを通じて、健康で豊かな生活を送る上で重要な役割を果たしています。また、社会がより多様化することや、人生100年時代が本格的に到来することを踏まえ、各ライフステージ（妊娠期、乳幼児期、青壮年期、高齢期等の人の生涯における各段階）特有の対策に加え、現在の健康状態がこれまでの生活習慣や社会環境等の影響を受ける可能性や次世代の健康にも影響を及ぼす可能性を踏まえた、ライフコースアプローチ（胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉えた健康づくり）も不可欠です。

仙台市では、健康づくり基本計画「いきいき市民健康プラン（平成14年3月）」の重点戦略の一つとして「歯と口の健康づくり」を位置づけ、保健・医療・教育・福祉・職域・学識等の関係団体等で構成する「仙台市歯と口の健康づくりネットワーク会議（平成15年設置）」を取り組みの推進母体として、乳幼児期から高齢期に至る生涯を通じた歯科保健施策を展開してきました。

特に、仙台市の成人歯科健診事業の主要事業ともいえる歯周病の節目健診は、平成12年度に40歳と50歳を対象に「歯周疾患検診」として開始し、平成16年度には「20歳（はたち）のデンタルケア」を市単独事業として実施、平成17年度には60歳と70歳も対象年齢に追加しました。同年、「歯と口の健康づくりネットワーク会議」により歯周病予防の基礎的な知識の解説書として「歯周病予防推進マニュアル」を、歯周疾患検診の場での具体的な歯周病予防の支援の解説を「歯周疾患検診マニュアル」として発行いたしました。さらに、平成19年度には、健診の対象年齢に30歳を加え、20歳から70歳までの節目年齢を迎える市民に対する健診環境を整備しました。平成27年度には、国から発出された「歯周病検診マニュアル2015」を踏まえ、本市においても「歯周病予防推進マニュアル」と「歯周疾患検診マニュアル」を統合し「成人歯科健診マニュアル」としてとりまとめました。一方、妊婦歯科健康診査は、う蝕や歯周病が多発する傾向にある妊婦や生まれてくるこどもの健康を守るため、昭和61年より開始し、平成28年には、妊婦の利便性等を考慮して、登録歯科医療機関による個別健診として実施し、「せんだいこども若者プラン2025」においても、母子保健事業の一つとして位置づけられています。

さらに令和6年、国より「歯科検診データを用いた地域分析、地域間比較」等を目的とした「歯周病検診マニュアル2023」が発出され、根面う蝕の診査や口腔機能に関する問診項目が追加されるなど、歯周病のみならず口腔全体を診ることが求められています。本市においても新たな知見を踏まえ、「成人歯科健診マニュアル」及び「妊婦歯科健康診査マニュアル」を統合し、新たに「おとなのオーラルケア健康診査マニュアル」として発行し、ライフコースアプローチによる効果的なオーラルケアの実践支援を図っていききたいと考えております。

本書が多くの関係者の皆様に活用され、市民の皆様の歯と口の健康増進に大いに役立つことを願っております。

仙台市歯と口の健康づくりネットワーク会議

- （一社）仙台市医師会 ○（一社）仙台歯科医師会 ○（公社）仙台市薬剤師会
- 仙台市教育委員会 ○仙台市私立幼稚園連合会 ○ 仙台市PTA協議会 ○ 仙台市保育所連合会
- 東北大学大学院歯学研究科 ○（一社）宮城県歯科衛生士会 ○ 宮城産業保健総合支援センター ○ 仙台市



目次

第1部 おとなのオーラルケア健康診査 (20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳)

第1章 おとなのオーラルケア健康診査とは … 1

- (1) 目的
- (2) 根拠

第2章 概要 …… 6

- (1) 対象者
- (2) 健診の流れと登録歯科医療機関等の役割

第3章 健診項目と判定基準 …… 8

- (1) 問診項目
- (2) 口腔内診査
- (3) 健診結果の判定

第4章 判定区分に基づく対応 …… 16

- (1) 健診結果の説明
- (2) 健診結果に基づく歯科保健支援
- (3) 医療機関記入欄の記載の流れ

参考資料 …… 21

- ・各帳票
- ・参考文献

第2部 妊婦のオーラルケア健康診査

第1章 妊婦のオーラルケア健康診査とは …25

- (1) 目的
- (2) 根拠

第2章 概要 …… 27

- (1) 対象者
- (2) 健診の流れと登録歯科医療機関等の役割
- (3) 市への連絡事項

第3章 妊婦及び妊娠についての理解 …… 29

- (1) 妊娠による身体の変化に伴うリスク
- (2) 妊娠による口腔内環境の変化等に伴うリスク
- (3) 妊婦の口腔状態の胎児への影響
- (4) 妊娠中の歯科治療

第4章 健診項目と判定基準 …… 31

- (1) 問診項目
- (2) 口腔内診査 (P. 10 ~ P. 14 参照)
- (3) 健診結果の判定 (P. 15 参照)
- (4) 母子健康手帳への健診結果の記載

第5章 判定区分に基づく対応 …… 34

- (1) 健診結果の説明
- (2) 健診結果に基づく歯科保健支援

参考資料 …… 41

- ・各帳票



第1部 おとなのオーラルケア健康診査 (20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳)

第1章 おとなのオーラルケア健康診査とは

(1) 目的

お口の健康は全身の健康の入口とも言われ、「食べる」「話す」「笑う」ことなどを支え、健やかで心豊かな生活の実現を図る上での土台となるものです。お口の健康を脅かす代表的な疾患の1つである歯周病は、特に成人期以降の有病者率が高く、全身疾患や生活習慣との関係も指摘されています。

本健診の対象である20歳以上の「おとな」にとって、「オーラル（お口）」の「ケア（お手入れ）」をすること、そして、ケアの成果を「健診」の機会を確認し、歯科医療機関によるサポート（支援）を継続して受けることで、全身の健康づくりの第一歩としてより良い状態に導くことこそが、「おとなのオーラルケア健康診査」の目指すところです。

また、本書では歯や歯肉に限定したケアであるデンタルケアではなく、舌や口腔粘膜なども含む口腔全体のケアを意味するオーラルケアという表現を用いることで、広い意味でのお口の健康づくりを考える機会になればと考えております。

さらに、疾患を早期発見・早期治療するだけではなく、疾患のリスクを早期発見・早期解決することが重要であり、従来の「検診」ではなく「健診（健康診査）」という表現に変更しています。

「健康診査」と「オーラルケア」の連続したつながりを支援するきっかけとすべく、本健診を「おとなのオーラルケア健康診査」と名付けました。

おとなのオーラルケア健康診査という機会を、受診者の口腔内状態の改善とそのための行動変容に繋がる支援の場と捉えることで、歯科医療機関の役割は、疾病を発見するという単に歯や歯周組織だけを診るのではなく、「その人」及び「その人の行動」を診て、現在の生活習慣を引き起こしてきた個人要因や環境因子を見つけ出し、それらを改善し、オーラルケアを向上するために、かかりつけ歯科医として生涯を通じた歯科保健支援の実践が求められています。

そのため、本健診は以下の5項目の達成を主たる目的とします。

① 日頃のセルフケアを見直すきっかけにすること

口腔衛生状態の向上のためには、年に数回のプロフェッショナルケア（歯科医院でのクリーニングなど）はもとより日頃のセルフケアの影響が大きくなります。一方で、「みがいている」つもりでも「みがけている」とは限りません。日々のセルフケアが十分に行き届いているか、歯科医院で確認してもらうことがより確実なオーラルケアに繋がります。



歯垢は見えにくい



染め出してみるとこんなに

図1：染め出し前後の歯垢の見え方の違い

② かかりつけ歯科医をもつきっかけにすること

セルフケアの確認は一時的なものではなく、数年単位の変化を経時的に追うことで、その人自身に合ったケアの確立が期待できます。

そのために、今を診て過去を知り未来の健康を共に考え、支援してくれる「かかりつけ歯科医」をもつことが大切です。

こうした背景から、本市においては、従来の「歯科保健指導」という医療機関を主体とする表現ではなく、受診者を主体とし、医療機関が受診者に伴走することを意図し、「歯科保健支援」と表現しています。



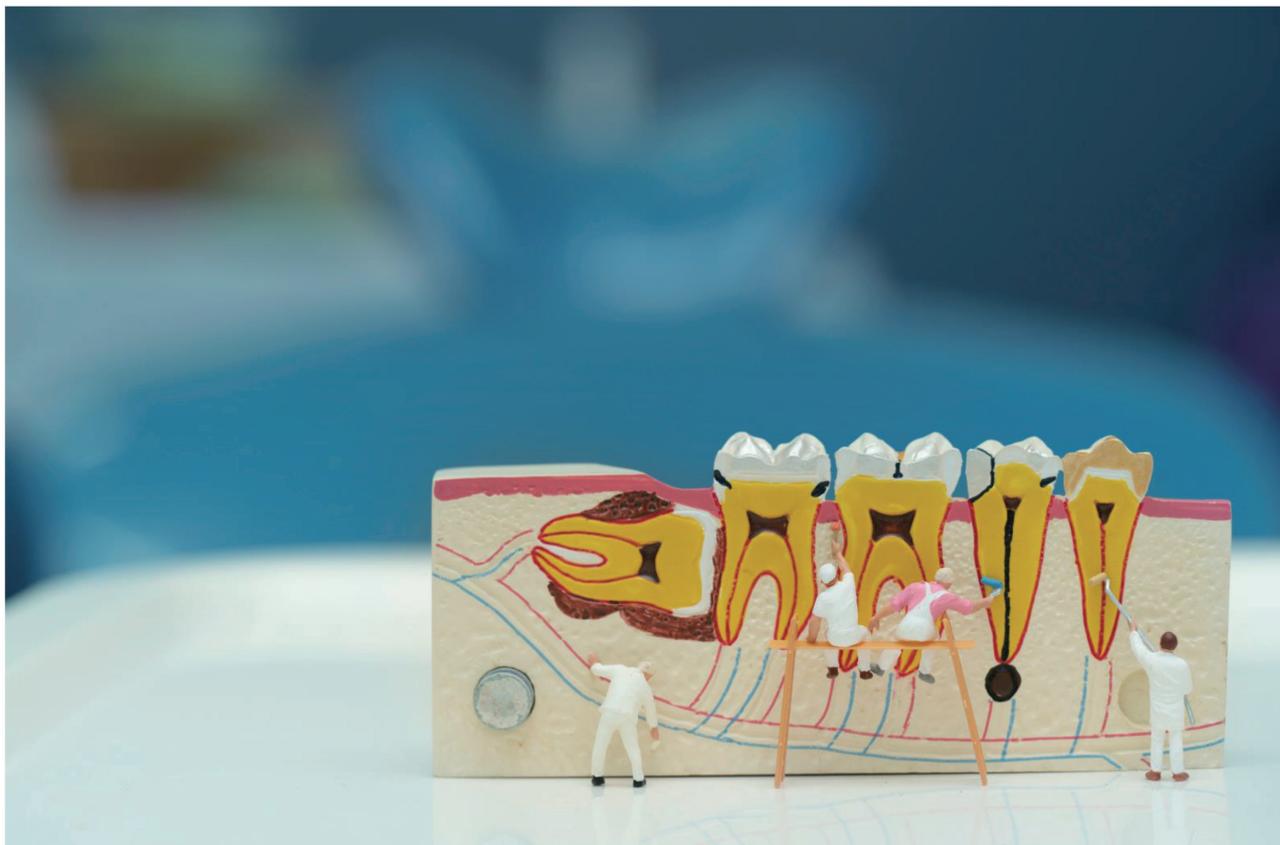
③ 歯周病についての理解を深めるきっかけにすること

図2：伴走型支援のイメージ図

初期の歯周病は痛みを発することは少なく、中等度以上に進行すると痛みを伴う自覚症状が急増します。また、治療後の治癒形態も補綴が必要な状態となる場合が多く、元の健康な状態には戻りません。さらに、歯周病が治癒した後も、口腔清掃をおろそかにすることで、直ぐに再発し、治療前の状態に戻ってしまうことから、定期的な歯科健診をはじめとするメンテナンスを継続する必要があります。特に、進行した歯周病の場合は、継続した歯周病安定期治療（SPT）を行うことで、病状の進行抑制や咀嚼機能を始めとする口腔機能を維持・向上が期待できます。よって、歯周病の予防と早期発見のためには症状が無くともかかりつけ歯科医で定期的に診査して、予防処置を受けることが大切です。

しかしながら、これまで節目健診として実施している歯周病検診は、受診券を対象市民に直接送付しているにも関わらず、受診率は10%前後と低率であり、市民の歯周病への関心は高いとは言いがたい現状が続いています。また、受診行動には世代格差や性差があり、特に受診率の低い働き盛り世代への働きかけは将来の歯周病の重症化や口腔機能の低下を防ぐ上で重要です。

歯周病は、自らがプラーク等の付着状態や歯肉の炎症状態を観察し（セルフチェック）、歯ブラシ、歯間ブラシ、デンタルフロス等の口腔清掃用具や歯みがき剤、洗口剤等を使用して歯及び歯肉の自己管理（セルフケア）を行うことによって炎症を抑制することができる疾患です。したがって、歯周病の予防は歯や口腔の検査結果に基づく歯科保健支援が適切に行われることが重要です。



④ 全身の健康づくりに貢献すること

歯周病は全身疾患（糖尿病、関節リウマチ、脳梗塞（脳卒中）、動脈硬化に伴う狭心症・心筋梗塞等、呼吸器疾患（誤嚥性肺炎）、生活習慣（喫煙等）、妊娠や内臓脂肪型肥満等との関連が報告されていることから、全身の状態や生活習慣についても聴取し、健診後の歯科保健支援とともに、必要に応じて、歯科医療機関への受診勧奨やかかりつけ医との医科歯科連携につなげる必要があります（図3、表1）。

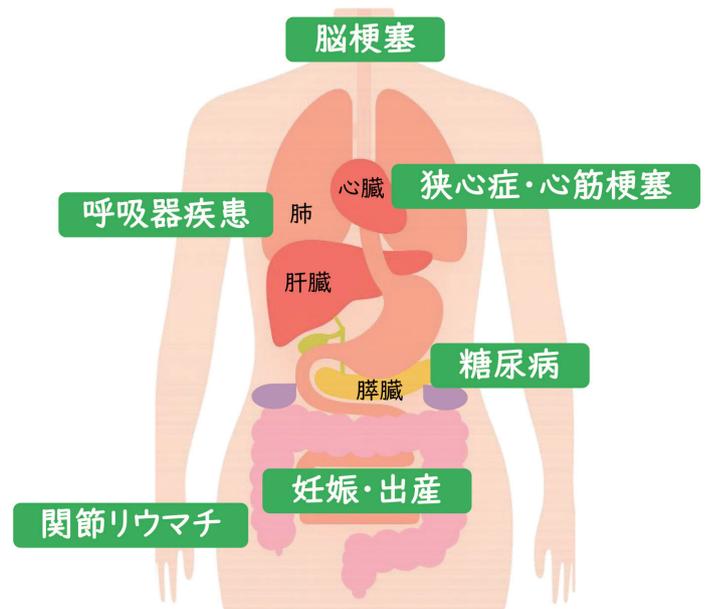


図3：歯周病と全身疾患及び妊娠、生活習慣との関係性

表1：全身疾患等と歯周病との関係性

全身疾患等	歯周病との関係性
糖尿病 ⁽¹⁾⁽²⁾	糖尿病による免疫系機能や末梢血管循環の障害のため、糖尿病患者は、歯周病が悪化しやすくなります。逆に、進行・重症化した歯周病では、糖尿病のコントロールが難しくなったり、歯周病を治療すると血糖コントロールが改善することがある等、歯周病と糖尿病が双方向性に関係している可能性も示唆されています。
関節リウマチ ⁽³⁾⁽⁴⁾	関節リウマチと歯周病の病因・病態に関わる因子で、共通しているものが多くあり、関節リウマチとの関係性が示唆されています。
脳梗塞（脳卒中） ⁽⁵⁾	<i>P. gingivalis</i> の血中抗体価が高値であると、心原性脳梗塞の原因となる心房細動の既往のリスクが高まることや、歯数が少ないと身体活動量も低く、脳卒中になりやすいことが報告されています。
狭心症、心筋梗塞、動脈硬化症 ⁽¹⁾⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾	歯周病原細菌と産生物による血管の傷害と炎症歯周組織で産生された炎症性サイトカインが動脈硬化に関係している可能性が示唆されています。
高血圧	上述のとおり、動脈硬化に関係している可能性が示唆されていることから、高血圧と歯周病の関係が懸念されています。また、一部の降圧薬（ニフェジピン・アムロジピンなど）の副作用として「歯肉増殖」が挙げられます。
呼吸器疾患（誤嚥性肺炎等） ⁽⁹⁾	口腔疾患（う蝕、歯周病、歯の喪失等）と誤嚥性肺炎や喘息、COPDとの関連の他、専門家による口腔健康管理が施設入所高齢者の肺炎関連死亡に対して予防的な役割を果たすことが示唆されています。
慢性腎臓病 ⁽¹⁰⁾	慢性腎臓病は歯周病の発症と進行に影響を及ぼす可能性があり、また、歯周治療によって慢性腎臓病の病状が改善する可能性が示唆されています。
妊娠 ⁽¹⁰⁾⁽¹³⁾⁽¹⁴⁾	妊娠中期の歯周治療は安全であり、歯周組織の健康回復に有効です。早産等に対する予防効果は明らかではありませんが、歯周病は早産・低出生体重児のリスクファクターとなる可能性が示唆されています。
喫煙 ⁽¹⁾⁽¹¹⁾⁽¹²⁾	口腔がんの危険因子になるだけでなく、歯周組織の修復機能の阻害や、細菌の病原性を高めて歯周病の悪化等につながると報告されています。
内臓脂肪型肥満 ⁽¹⁵⁾⁽¹⁶⁾	内臓脂肪型肥満等による脂肪組織からの生理活性物質の産生があると、歯周病の誘因となる可能性が示唆されています。

※出典は P.24 参照

⑤ 歯のみならず、口全体の健康を見直すきっかけにすること

歯の細菌や汚れといった器質的な要素のみならず、口全体を動かすことによる機能的な要素にも着目し、口腔内が衛生的であることに加え、将来的な口腔機能の低下予防を見据えたオーラルフレイル予防対策による歯と口腔の健康づくりも推進します。

令和6年4月に日本老年医学会、日本老年歯科医学会、日本サルコペニア・フレイル学会は合同で、「オーラルフレイルに関する3学会合同ステートメント」を公表しました。

このステートメントでは、オーラルフレイルを「口の機能の健常な状態(いわゆる『健口』)と『口の機能低下』との間にある状態」と定義されており、オーラルフレイルであると、将来のフレイル、要介護認定、死亡のリスクが高いことも記載されています(図4)。

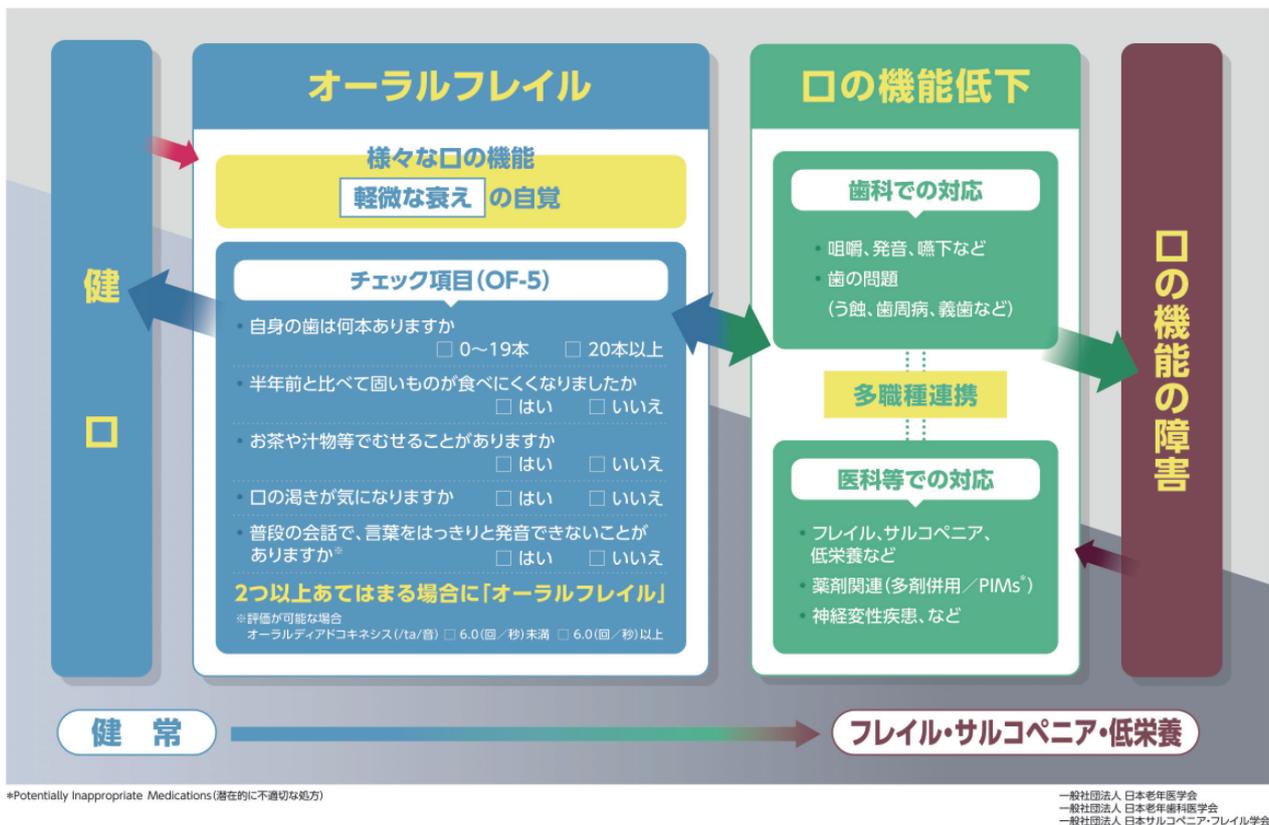


図4：オーラルフレイル概念図

また、オーラルフレイルの簡単なチェック方法も紹介されており、図4に示すチェック項目(OF-5)5項目中、2項目以上が該当する場合はオーラルフレイルと定めています。

咬みにくさや食べこぼし、むせ、滑舌の低下などのオーラルフレイルの症状は、身体的(フィジカル)フレイルや社会的(ソーシャル)フレイル、精神・心理/認知的(メンタル/コグニティブ)フレイルなどに代表される高齢期に生じる複数の課題が重複して生じる「口の衰え」であり、改善可能です。つまり、オーラルフレイルを高齢期のみの問題と捉えるのではなく、成人期からオーラルフレイルの兆候を評価して適切な対策を行うことにより、機能低下を緩やかにし、さらには改善することが期待できます。

(2) 根拠

● 健康増進法

歯周疾患検診は、平成12年度より老人保健法に基づく老人保健事業として、平成20年度より健康増進法に基づく健康増進事業の一環として実施され、さらに仙台市では独自事業として、平成16年に20歳、平成19年に30歳を対象とした歯周病検診を先行して実施しています。令和6年度からは、従来40歳以上であった健診対象者に、新たに20歳と30歳が追加されることが示されました。

● 仙台市いきいき市民健康プラン（第3期）

「歯と口の健康」は、特に健康増進や生活習慣病の予防に寄与する「栄養・食生活」「身体活動・運動」「こころの健康・社会とのつながり（休養・睡眠を含む）」「飲酒・喫煙」と並び「施策の分野」の一つとして位置付けられており、他分野と連携を図りながら総合的に取り組むことが明記されています。また、生活習慣病の発症予防・重症化予防に「歯科疾患」が位置づけられています。



図5：仙台市いきいき市民健康プラン（第3期）の全体像

● 仙台市歯と口の健康づくり計画（第3期）

計画におけるライフステージを通じた取り組みについて、4つの方向性を明示しており、全てのライフステージにおいて、かかりつけ歯科医による定期的な健診と予防管理、セルフケアの実践支援を目指しています。



図6：仙台市歯と口の健康づくり計画（第3期）の取り組みの方向性

第2章 概要

(1) 対象者

当該年度末の年齢が20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳の市民

(2) 健診の流れと登録歯科医療機関等の役割

① 受診券の送付（市→対象者）

仙台市から、年度内に20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳に達する対象者へ受診券を送付します。

② 受付で受診券（必要に応じて自己負担金）を受け取る

（対象者→登録歯科医療機関）

- 健診の受診には受診券が必要です。受付時に当該年度の受診券であることを必ず確認してください。
- 医療機関は対象者から受診券を受け取る際に、必ず受診区分を確認し、自己負担金を受け取ってください。
- 30～60歳の対象者より自己負担金500円を受け取ります。
- 自己負担金の取扱いについては表2のとおりです。

表2：自己負担金の取扱い

	自己負担金	対象者	医療機関での受付時の (受診券を除く) 必要書類
1	500円	(下記を除く) 30歳、40歳、50歳、60歳の方	不要
2	無料	20歳、70歳の方	不要
3		仙台市国民健康保険加入の方 (但し、「資格証明書交付の方」を除きます)	必要な書類につきましては、受診券をご確認ください。
4		生活保護受給世帯の方	生活保護費支給票
5		中国残留邦人等に対する支援給付の受給世帯の方	本人確認証
6		2～5に該当しない方で、市民税非課税世帯（同一世帯の家族全員が市民税非課税の世帯）の方 (課税者に扶養されている方のみ世帯は対象外)	「自己負担金免除決定通知書」 受診前に、お住いの区家庭健康課・総合支所保健福祉課に事前申請が必要です。 発行には10日程度かかるため、余裕を持った申請をお願いします。

- 対象者が受診券を持参しない場合は原則として改めて受診券を持参の上、受診することとなります。受診券を持参しなかった受診者に、「住所・氏名・年齢・電話番号」を確認後に受付、健診を実施し、後日受診者から受診券を受け取ることは妨げませんが、受診者が対象者以外の方であった場合、委託料の支払いはできません。
- 対象者が受診券を紛失した場合は、対象者本人が下記の方法で、受診券を再発行してもらうよう伝えてください。
電話連絡：仙台市健康政策課 022-214-8198
電子申請：仙台市ホームページ > くらしの情報 > 健康と福祉 > 健康・医療 > 各種健診 > 基礎健康診査など > おとなのオーラルケア健康診査
- 受付後、健診票の受診者記入欄を記入してもらい、記載事項に漏れがないか等のチェックをしてください。

③ 健診実施（登録歯科医療機関→対象者）

受診者記入欄の記載事項に漏れがないか等について改めてチェック後、本人確認の上、健診票に従い実施してください。

④ 健診結果の判定（登録歯科医療機関→対象者）

診査者記入欄の判定区分に基づき、「異常なし」「要指導」「要精密検査」のいずれかを選択します。

また、受診者にお渡しする「おとなのオーラルケア健診結果」の用紙に、判定区分、お口のキレイ度（口腔衛生状態）、歯の本数を記入してください。

⑤ 健診結果の説明と歯科保健支援（登録歯科医療機関→対象者）

「おとなのオーラルケア健診結果」の用紙を使用し、健診を実施した歯科医師が受診者全員に健診結果を説明してください。

健診票に記載のある「歯科保健支援内容」の5項目については必ず説明してください。

説明後、説明者の自筆署名と職種を記載してください。

⑥ 定期的な歯科健診へ（登録歯科医療機関→対象者）

健診後は定期的な歯科健診や予防処置の受診に繋がるようお声がけしてください。

「要精密検査」対象者に対しては、本健診とは別に、別途自己負担金が必要な詳しい検査や治療が必要であることを別途丁寧に説明してください。

⑦ 結果報告（登録歯科医療機関→仙台歯科医師会）

登録医療機関は「受診券」「おとなのオーラルケア健康診査票（提出用）」「実施状況」等を取りまとめ、仙台歯科医師会に提出してください。なお、登録歯科医療機関における健診票（医療機関用）の保存期間は5年とします。

⑧ 実績報告（仙台歯科医師会→市）

仙台歯科医師会は登録医療機関から送付された「受診券」「おとなのオーラルケア健康診査票（提出用）」「実施状況」を基に、全市分の「実施状況」及び「集計表」を作成し、「請求書」と併せて仙台市に提出し、委託料を請求してください。

※仙台市からの委託事業としての本健診に関するマニュアルの順守と提出書類の整備等の一切の責任は登録医療機関の管理歯科医師にあります。

