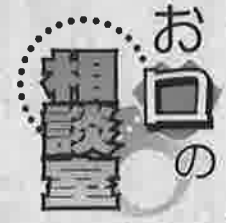


感覚情報乱れ 脳機能低下



【答え】咀嚼（そしゃく）

に関する情報は▽歯根膜（歯の根に付いている膜）▽咀嚼筋（かむことに関わる筋肉）▽顎（がく）関節の三つの受容体（センサー）から脳に伝わります。

歯を失うと歯根膜もなくなり、歯からの情報が消失します。さらに多くの歯を失い、かみ合わせが崩壊すると、咀嚼筋と顎関節からの情報が脳に正しく伝わらず、咀嚼運動も乱れます。

体の感覚と運動を司る大脳皮質の感覚野と運動野は、口腔に関連する部位が大きな割合を占めています。多くの歯を失うと口腔（こうくう）に関連する脳の複数の部位に正常な刺激が伝わらないために脳機能の低下を引き起こし、認知症のリスクが高まると推測されています。

失った歯は戻らないため歯根膜からの情報は回復しませんが、適切な「入れ歯」や「かぶせもの」を装着することで咀嚼筋、顎関節からの感覚情報が維持され、脳の機能低下を予防できると考えられています。

自分自身の歯を失わないことは非常に重要ですが、適切な歯科治療を受け、かみ合わせを維持することも大切です。私は3月まで所属していた鶴見大歯学部（横浜市）で脳電位から脳の機能を評価する装置を用いて、1本も歯が残っていない患者を対象に「総入れ歯」の調整前後の脳機能の変化を調べました。その結果、入れ歯の調整直後に約85%の患者の脳機能が向上していました。

適切に調整された「入れ歯」や「かぶせもの」を装着して咀嚼することは、脳機能低下のリスクを軽減すると思います。歯を失い不安を感じているのであれば、まずは歯科医師に相談しましょう。

質問をどうぞ

歯と口の健康に関する質問を受け付けます。県歯科医師会の先生方が回答します（直接本人に回答はしません）。症状などを分かりやすくまとめ、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を明記し、〒8522-8601、長崎市茂里町3の1、長崎新聞社生活文化部「お口の相談室」係に送ってください。県歯科医師会のホームページは「80020ながさき」で検索できますので参考にしてください。

歯失うと認知症に？

回答者
諸熊 正和
長崎市浜町
諸熊歯科医院院長



【問い】自分の歯でよくかむことは認知症の予防になると聞きました。なぜ、歯を失うと認知症のリスクが高まるのでしょうか。私は既に10本以上の歯を失っています。あきらめるしかないのでしょうか。（長崎市、65歳女性）