



中島 啓介 先生

略歴

1985年 九州歯科大学歯学部 卒業
1990年 東京医科歯科大学大学院 修了
1990年 東京医科歯科大学歯学部 助手
1997年 北海道医療大学歯学部 講師
1999年 北海道医療大学歯学部 助教授
2008年 九州歯科大学歯学部 准教授
2012年 九州歯科大学歯学部 教授

寿命100年時代に向けた備え～歯周病治療のすすめ

九州歯科大学口腔機能学講座歯周病学分野
中島 啓介

「人生100年時代」という言葉をよく耳にするようになりました。戦後、日本人の平均寿命は伸び続け、最近では5年で1歳～2歳ほど上昇しています。このペースで上昇し続ければ、2050年頃には平均寿命が100歳になるかもしれません。先日、「人生100年時代」という言葉の発端となったLIFE SHIFT（リンダ・グラットン、アンドリュー・スコット著）という書籍を読みました。首相官邸のホームページ内にも「人生100年時代構想」（<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/ichiokusoukatsuyaku/jinsei100.html>）というページがあり、著者のリンダ・グラットン氏は有識者の一人として構想会議の構成員に名を連ねています。この会議での議論を元に国内では、①幼児教育の無償化、②高等教育の無償化、③大学改革、④リカレント教育、⑤高齢者雇用の促進、といった様々な施策が進められています。

これまで、私も含めて多くの人が特に意識せずに80歳程度の平均寿命を前提に「教育」「仕事」「引退」といった3つのステージから構成される人生を送るものと考えてきたと思います。しかし、60歳前後で退職しそれまでの蓄えと年金だけでその後の引退生活を支えるには余生は長く、現時点でも厳しい状況です。よって、そう遠くない将来に訪れる平均寿命が100年となる頃には、これまでのような人生設計は成り立たなくなります。本書では今後の人生設計について社会的・経済学的視点から書かれていますが、加齢による身体能力の低下は考慮されているものの基本的に身体は健康であることが前提となっています。つまり、重篤な病気になってしまえば本書にあるような人生設計は成り立たない訳です。

野生動物にとって歯は食物を摂取するために欠かせないものですから、歯を失うことは死を意味します。人間の場合は、もし歯を失っても歯科医院で入れ歯、インプラントなどを入れれば、元通りではないにしても噛むことはできます。しかし、自分の歯で噛むことが最良の選択であることは議論するまでもありません。これまで歯を失う主要な原因は虫歯でしたが、歯磨きの習慣が広まり虫歯が減ったため、最近は歯周病がその主要な原因となっています。歯は全身と血管で繋がっている歯茎や顎の骨によって支えられています。そのため、歯を支える歯茎や骨を冒す歯周病は全身の健康とも深く関連することが明らかになっています。つまり、歯周病を予防・治療することは、いつまでも美味しく食べるだけではなく全身の健康を維持することにも繋がるのです。

今回の市民講座では、歯周病とは何か、どのようにして予防・治療するかについて分かりやすく解説したいと考えております。また、少しずつ老化していく歯を大切に使うヒントについてもお話しします。土曜日の夕方からの開催になりますが、多数の皆様の参加をお待ちしております。