

■ 監修にあたって

厚生労働省の健康づくりを实践する書

厚生労働省は2000年から始めた21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）のなかで、栄養・運動・休養・禁煙・節酒・歯の健康の6要因が生活習慣病の予防と重症化予防に必要であることをあきらかにしました。生活習慣病とは、健康日本21の6つの要因「食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒、歯の健康」が、その発症・進行に関与する疾患群と定義されます。つまり、この6要因をライフコースで管理することが生活習慣病の根本療法です。厚生労働省が構築を進めている地域包括ケアシステムでも、この6要因を重症化予防に活用しなければなりません。

その後、2013年から始めた健康日本21（第二次）では「健康を支え、守るための社会環境（インフラ）の整備」の重要性が述べられています。健康づくりのインフラとして真っ先に挙げられるのが、全国に展開している薬局と歯科診療所です。とりわけ歯科診療所には、子どもから老人まですべての年齢層の患者が定期的に訪れ、歯・口腔の健康を中心に、栄養・運動・休養・禁煙・節酒の指導を行う環境が整っています。また、歯は味覚や栄養、あるいは言語を通して健康要因として機能する一方で、口腔細菌が血流に入る菌血症の原因器官として健康を阻害する危険要因にもなっています。健康要因と疾病要因の両方が歯・口腔に含まれているので、厚生労働省の健康づくりを实践する場として歯科診療所は最適だといえるでしょう。

健康要因の探求を行っている学問「健康生成論（サルウトジェネシス）」は、医療社会学者アーロン・アントノフスキー博士が提唱した健康理論です。アントノフスキー氏はポーランドの強制収容所の生き残りの人たちのその後の健康状態を調査した際に、苛酷なストレスに曝されながら、健康を保持し続けている人たちに着目し、その人たちに共通する要因や条件を分析して、「元気になる因子」の存在を見出しました。それを「健康要因（Salutary factor）」と名づけています。歯・口腔は、栄養の摂取だけでなく感覚、呼吸、言語、免疫器官など多彩な役割がありますので、生きる力の源となる「元気になる因子」を非常に多く含んでいます。

健康要因の対極にあるのが「危険要因（Risk Factor）」です。危険要因の研究をするのが疾病生成論（パソジェネシス）で、病理学を基礎とする従来の医療です。歯と口腔は、う蝕と歯周病に由来する歯原性菌血症の発症により、血管に慢性炎症を引き起こします。体内の慢性炎症のくすぶりは、生活習慣病の危険要因となっています。

以上のことから、地域包括ケアシステムのなかで歯科診療所が新しい時代の役割を果たすための実践の書として本書は企画されました。医歯薬連携のもと歯科診療所が健康づくりに向かってさらに進化を続け、アクティブシニアが各地域で活躍する時代を迎えることを願っています。