

◆刊行にあたって

「全身の健康を維持するためには、口の中の状態を良好に保つことが大事」という認識は、医療関係者だけではなく世間一般にもかなり広まってきました。さらに、要介護やそれに近い状態の方への摂食嚥下指導や、栄養サポートへの取り組みも成果を上げつつあります。

しかし、その前段階の「元気な人を元気なまま、健康寿命を延ばしていく」という意味での栄養の問題、とくに「分子レベルでの栄養素の振る舞い」という視点はまだ十分とはいえません。

2017～2018年にかけて、私は月刊デンタルダイヤモンド誌に「歯科から始めるアンチエイジング栄養学」と「続・歯科から始めるアンチエイジング栄養学」を連載させていただきました。そのときにも心がけていたのは、「生化学や生理学の難しい表現はできるだけ避け、先生方はもちろんコ・デンタルの皆様にも読んでもらえる内容にする」ということでした。「歯科での栄養療法はチームで行うことが不可欠」という確信をもっているからです。

本書の目的は、連載でお伝えしきれなかった部分を加筆し、よりわかりやすい記述をすることで歯科領域での分子栄養学の可能性を広く伝え、アンチエイジング実現のための実践に繋げていただくことです。日々の臨床はとても忙しいと思いますが、その間に気軽に目を通していただければうれしいかぎりです。

刊行にあたり、連載段階から多大なご支援をいただいたデンタルダイヤモンド社編集部の皆様、多忙な診療の合間をぬって執筆に協力してくれた森永歯科医院のスタッフに深謝いたします。

アメリカ・アンチエイジング医学会（A4M）認定医 森永宏喜