

咀嚼指導マニュアルの作成

060

○安藤雄一^{アンドウウウイチ}（国立保健医療科学院・生涯健康研究部）、石濱信之^{イシハマノブユキ}（三重県伊勢保健福祉事務所）、深井穂博^{フカイカクヒロ}（深井保健科学研究所）

【背景と目的】

現在、特定健診・特定保健指導には歯科に関する項目は入っていない。しかしながら、歯の喪失により咀嚼に支障が生じると栄養摂取バランスが崩れやすいこと、また早食いの人は BMI が高い傾向にあることから、「咀嚼」を通じたアプローチから、歯科的介入がメタボリックシンドロームの予防に貢献できる余地は十分あると考えられる。

これを踏まえ、我々は 2009 年度から開始された厚生労働科学研究「口腔機能に応じた保健指導と肥満抑制やメタボリックシンドローム改善との関係についての研究」の一環として、特定健診・特定保健指導の場において、とくに歯科専門職以外の職種が「咀嚼」を通じたアプローチをすすめる状況を想定した「咀嚼指導マニュアル」の作成をすすめ、試作版を作成したので、概要と経過を報告する。

【方法】

まず、全体の方向性を示す意味で、「口腔機能に応じた咀嚼指導のフローチャート」を作成した（図）。次いで、早食いに対する咀嚼指導の部分に焦点を当てた咀嚼指導用マニュアルの試作版を作成した。

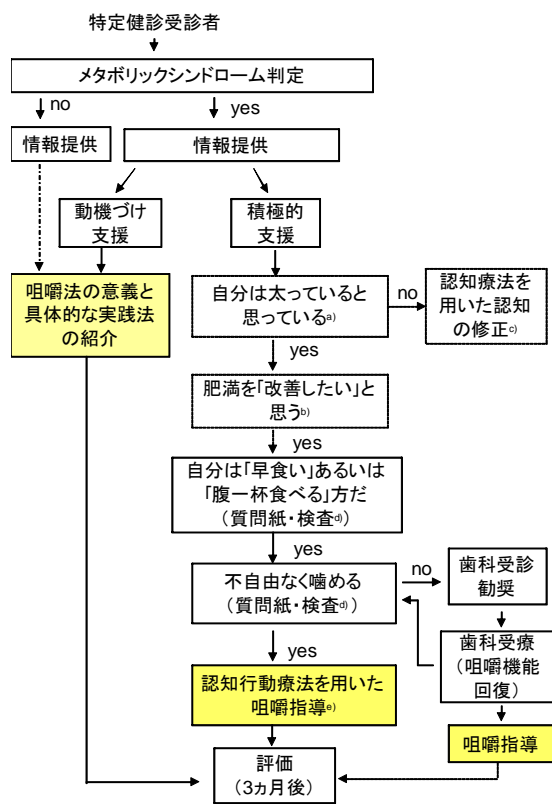
【結果および考察】

フローチャート（図）では早食いでのリスクの高い人に対して行う認知行動療法による咀嚼指導が主要な柱になっているが、咀嚼に支障のある人に対して行う歯科治療と咀嚼指導をもう 1 つの柱として示している。

早食いに対する咀嚼指導の部分に焦点を当てた指導用マニュアル試作版の構成は以下の通り：メタボリックシンドロームの概説／早食いと肥満の関係／指導（咀嚼指導）の効果

の実践例／セルフチェックの流れ／早食いを防ぐための具体的方法の紹介／食行動の記録票／咀嚼と栄養摂取の関連の解説／参考文献。

今後は、このマニュアル試作版の現場での活用を通じて改良を図り、多職種協働によるアプローチの基盤づくりをすすめていきたい。



a,b,cはeに含めることも可、d検査とは、指定食品による咀嚼回数測定およびガムを用いた咀嚼機能検査等
d質問紙・検査は分けてフローチャートに位置づけることは研究成果に基づいて検討、「よく噛めない」場合の咀嚼指導の可否については検討課題

図. 口腔機能に応じた咀嚼支援のフローチャート

特定健診・特定保健指導に造詣の深い方の参加をお願いします。

(連絡先)

安藤雄一、国立保健医療科学院・生涯健康研究部、〒351-0197 埼玉県和光市南2-3-6、(E-mail) andoy@niph.go.jp