

口は健康のもと Vol.140

生きがいのためには歯（入れ歯）が大切！！

「高齢者にとって生きがいとは？」とお聞きすると、皆さん口をそろえて「美味しいものを食べること・味わうこと」とか「家族や知人達と楽しくお話しをすること」といった答えが返ってきます。物を食べることや味わうこと、さらに話をする事などは、すべてお口に関連する生理機能なのです。これらが一つ欠けても生きがいに影響がでると言えます。

味覚とは、咬むことによって食べ物の味物質がお口の中に広がり、味を感じることです。また、咬むことができないと食べ物を飲み込むことが困難になります。さらに歯がないと聞き取りやすく話すことも困難になります。したがって、「生きがい」を充実させるためには歯（入れ歯）が必要になります。

歯の治療が必要な方、入れ歯がない方、または入れ歯があわなくて使えない方は、是非お近くの歯科医院を受診してみてください。美味しい物を食べて、皆さんと楽しくお話ができるようになりましょう。



奥羽大学歯学部附属病院

総合歯科 教授 鎌田 政善