

2. 生涯を通じる健康と学校における歯科保健指導

明海大学歯学部教授

中 尾 俊 一

生活習慣と健康

昭和20年の終戦前後は、コレラ、チフス、赤痢、発疹チフス、痘疹など急性の感染性の病気がまん延し、慢性の感染性疾患としては結核がその主流を占めていた。しかし、ここ30年間に、感染症による治療が1/3に減少する一方、循環器病、がんの受療はそれぞれ約8倍、約5倍に増えている。すなわち、疾病構造の変化が起きている。急性の感染性疾患では、疾病が急性に経過し、適切な時期に適切な治療が行われれば患者さんの生命は救われ、病気の種類によっては永久免疫すらうることができるので、ほとんどごく短期間に医師の指示に従って苦痛をしのげば、ごく受動的にすべてが解決されていた。循環器病やがん等のいわゆる成人病は、慢性的経過をたどる性格上、慢性的経過をたどり多くの苦しみがついてまわってくる。これらの疾病は生活習慣と大いにかかわり、習慣病とも称されている。現代の健康破綻を来すこれらの疾病は、個々人の生まれてからの長い習慣の中で発生するものであり、その予防に根気のいる長い過程が必要である。

健康の概念は、病気の反対語として考えた時代から時代と共に変化しているが、1948年WHO憲章の前文で「健康とは、完全な肉体的、精神的及び社会的福祉の状態であり、単に疾病又は病弱の存在しないことではない」と定義づけ、最高の可能な健康水準をすべての人々に到達させることを理念として掲げた。健康は対立概念から連続概念へと変わり、身体概念から心身概念を含めた生活概念に改まり、健康概念の拡大へと変わりつつある。アメリカの細菌学者であるRene Dubosは1965年、「人間について健

康というものは、受動的なやり方で到達された環境の物理化学的条件にうまく適した状態以上のものを意味している。それは個性が創造的な形で表現できるということをも意味している」といっている。すなわちDobosは、健康を静的な状態にとらえることは適当でないとし、現代社会では健康を絶対的なメジャーで測るのではなく、相対的なものとしてとらえ、受動的な面よりも能動的な面が強調され、健康と生活習慣の結びつきが重要な意味をもつことになる。

生涯を通じる健康と学校保健における保健指導ならびに学校歯科保健活動の位置づけ

学校教育法第18条では「健康、安全で幸福な生活を営むのに必要な習慣を養い、心身の調和的発達を図ること」が学校教育の重要な目標となっている。これからの児童・生徒の健康についてももっとも問題となるのは、小児期の生活様式や生活習慣が将来成人になってからの健康に大きな影響をあたえることを考えねばならないことである。生涯を通じる健康は、学校保健の主題であることにとどまらず、学校教育においても重要な位置を占め、保健指導の位置づけを不動のものとしている。生涯を通じた積極的な健康づくりと生きがいづくりの推進は国の基本的な方針であり、WHOの1988年の世界保健デーのテーマは、「すべての人に健康を一健康に全力を」となっている。わが国の生涯を通じる健康づくりの体系は次のようになっている。

学校歯科保健活動は、この目標達成に寄与することを旨とするものでなければならない。昭和53年文部省は、「小学校歯の保健指導の手引」を作成し歯科保健指導を教育活動の全体を通じて

行う保健に関する指導の重要な内容として取り上げた。口の中や歯は、直接目でみることができ、その人の過去の悪い習慣の積み重ねが、歯の汚れや口臭、むし歯、歯周病、歯列不正などとしてあらわれている。歯・口腔の疾病のなかでむし歯は大部分の児童生徒が所有し、児童生徒の1人1人が自分の歯や口腔の健康状態に関心を持ち、生涯を通じて自分で自分の歯を健全に保つことができる習慣や態度を育てる保健教育の推進にあたっての絶好の素材であり、歯科保健指導の位置づけを明確にしている。

むし歯や歯周病は、子供の発達段階からみて永久歯列弓の完成をみる小学校時代が生涯を通じての歯科保健の極めて重要な時期で、歯科疾

患の特性を考え発達段階に応じた歯科保健活動が望まれている。むし歯や歯周病は、その発生原因が自らの生活の中にあり毎日の悪い生活習慣の積み重ねにその原因があり、生活病ともいわれている。家庭の役割の認識が歯科保健指導においては重要視されている。

自らの手で健康を守り、歯科疾患をおこさないようにするには、児童生徒の基本的な生活習慣をより健康的にする努力、すなわちライフスタイルの改善をはかり継続させていく必要がある。習慣の中でも基本的な習慣は、特に人間が生活を営みこれを発展させる上で最も基本となるものである。

(歯科医療公開講座実行委員長 新家 昇)