

こわいのは メタボだけじゃない！

★ **オーラルフレイルとは** 歯の喪失や食べること、話すことに代表されるさまざまな機能の『軽微な衰え』が重複し、口の機能低下の危険性が増加しているが、改善も可能な状態をいいます。

★ **オーラルフレイル概念図** 一般市民向け



一般社団法人 日本老年医学会
 一般社団法人 日本老年歯科医学会
 一般社団法人 日本サルコペニア・フレイル学会

2つ以上該当すると
オーラルフレイルかも??



一般社団法人 日本老年医学会
THE JAPAN GERIATRICS SOCIETY



一般社団法人
日本老年歯科医学会
Japanese Society of Gerodontology



日本サルコペニア・フレイル学会
Japanese Association on Sarcopenia and Frailty

オーラルフレイルを、
歯科医療専門職が不在の場でも
評価を可能とすべく、
「Oral frailty 5-item Checklist:OF-5」を
開発しました。

こんな症状ありませんか？

チェックしてみましょう

オーラルフレイルのチェック項目 (Oral frailty 5-item Checklist : OF-5)

項目	質問	選択肢	
		該当	非該当
残存歯数減少	自身の歯は、何本ありますか (さし歯や金属をかぶせた歯は、自分の歯として数えます。 インプラントは、自分の歯として数えません。)	0~19本	20本以上
咀嚼困難感	半年前と比べて固いものが食べにくくなりましたか	はい	いいえ
嚥下困難感	お茶や汁物等でむせることがありますか	はい	いいえ
口腔乾燥感	口の渇きが気になりますか	はい	いいえ
滑舌低下 (舌口唇運動機能の低下)	普段の会話で、言葉をはっきりと発音できない ことがありますか	はい	いいえ

5つの項目のうち、2つ以上に当てはまる場合は「オーラルフレイル」です

✦ 森永乳業クリニックは、オーラルフレイルの概念普及に協力しています。

