

15～79歳の男女10,000人に聞く、「歯科医療に関する生活者調査」Part2

もっと早く歯医者に行っておけばよかった…

日本人の4人に3人が後悔

歯の健診・治療を先延ばししがちな日本人、4人に3人は後悔している

歯の健診・治療をギリギリまで対応しない「先延ばし派」が6割と最も多い20代

「先延ばし派」は、歯の健康に自信がなく、歯のトラブルをあれこれ抱え、かかりつけ歯科医がいる率も低い

公益社団法人日本歯科医師会（所在地：東京都千代田区九段北、会長：堀 憲郎）は、全国の15～79歳男女を対象に、2018年4月20日（金）～4月21日（土）に、「歯科医療に関する一般生活者意識調査」を実施しました。

本調査は、当会の広報活動の趣旨である「歯科医療に対する国民の認知度・理解度向上」および「歯科医師や診療に対する評価・イメージの向上」に向け、現状の歯科医療を取り巻く環境や生活者の意識を把握し、今後の広報展開に役立てることを目的として、2005年からほぼ隔年に実施しているもので、今回で7回目になります。

本年度は7月発表のPart1で着目された「歯の治療の先延ばし意識と実態」と「歯の治療に対する後悔」について深掘りし、11月8日の「いい歯の日」に合わせて発表します。主な結果は以下の通りです。

① 歯の治療の先延ばし意識と実態

ついつい先延ばししがちな歯科治療 対応派 vs 先延ばし派 20代でもこんなに大きい格差!!

- ◆ 15～79歳男女、日常生活は物事を先に片付ける「対応派」（73.4%）が多いのに、歯科健診・受診はギリギリまで対応しない「先延ばし派」（52.7%）が過半数で、人間ドック（48.4%）よりも先延ばし度が高い。
- ◆ 先延ばし派は将来にわたり歯の健康リスクが高い！ 年齢とともに歯のトラブルが増え、健康だと思わない人がどんどん増える。
- ◆ 先延ばし派が最も多いのは20代、6割（60.5%）が先延ばし派。
- ◆ 20代の先延ばし派は、自身の歯が「健康だと思う」割合が36.8%と、対応派（54.6%）より20ポイント近くも低い。
- ◆ 20代の先延ばし派は、歯や口の悩みがあれこれ多く、対応派よりも歯のトラブルを抱えている割合が高い。
- ◆ 20代の先延ばし派は歯の定期チェックを受ける人が少なく、「歯科医師の治療やチェックを受けたことがない」放置派が13.2%も。
- ◆ 直近の歯科受診理由 対応派は半数が「定期健診・検診」（53.6%）、先延ばし派は6割が「むし歯の治療」（57.2%）。
- ◆ かかりつけ歯科医のいる率 20代の対応派は64.9%がいるのに対し、先延ばし派は39.0%と4割にとどまる。

② 歯の治療に対する後悔

先延ばしのツケがくる？ 歯の治療に後悔はつきもの。年齢とともに先延ばし派の後悔度がより高くなる

- ◆ もっと早くから歯の健診や治療をしておけばよかったと、全体の4人に3人（75.7%）が後悔。
- ◆ 後悔しているのは男性より女性に多く、女性は年齢とともに50代後半をピークに年々上昇。一方、男性はジグザクの乱高下。
- ◆ 歯の治療に「後悔」はつきもの?! 対応派と先延ばし派、年齢の上昇とともに、先延ばし派の方が後悔度がより高くなる。

調査概要

■実施時期 2018年4月20日（金）～4月21日（土） ■調査手法 インターネット調査 ■調査対象 全国の15～79歳の男女1万人

※本調査では、小数点第2位を四捨五入しています。そのため、数字の合計が100%とならない場合があります。

歯の治療を先延ばししがちな人は、将来にわたって歯の健康リスクが高い

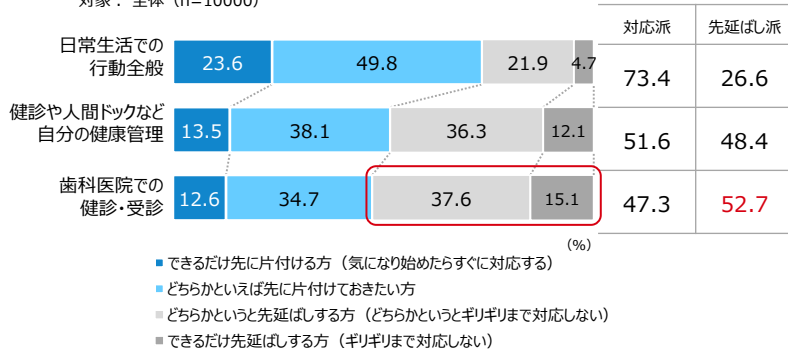
- 日常生活はすぐ対応する「対応派」が多いのに、歯に関してはギリギリまで対応しない「先延ばし派」が多い
- 歯に関する先延ばし度は、人間ドックの先延ばし度よりも高く、いちばん後回しにされがち

今年7月に発表したPart1調査では、日常生活では物事を先に片付ける「対応派」の方が73.4%と多くなっていますが、歯科医院での健診・受診についてはギリギリまで対応しない「先延ばし派」の方が52.7%と多く、人間ドックなどの自分の健康管理（48.4%）よりも歯科健診の方が先延ばしされていることが明らかになりました【図1】。

そこで今回は、歯科医院での健診・受診を先延ばしする人はどんな人なのか、歯科健診・受診の「先延ばし派」の実態を探ります。

【図1】 日常生活、健康管理、歯科健診 対応派 or 先延ばし派

対象：全体（n=10000）



- 歯の健診・受診をギリギリまで対応しない「先延ばし派」は、将来にわたって歯の健康リスクが高い
- 先延ばし派は、この先も歯のトラブルが増え、歯や口の中が健康だと思わない割合がどんどん高くなる

歯科健診・受診について、気になったらすぐ対応すると答えた「対応派」（4,734人）と、ギリギリまで対応しないと答えた「先延ばし派」（5,266人）に分けて、年代別にその傾向を見てみましょう。

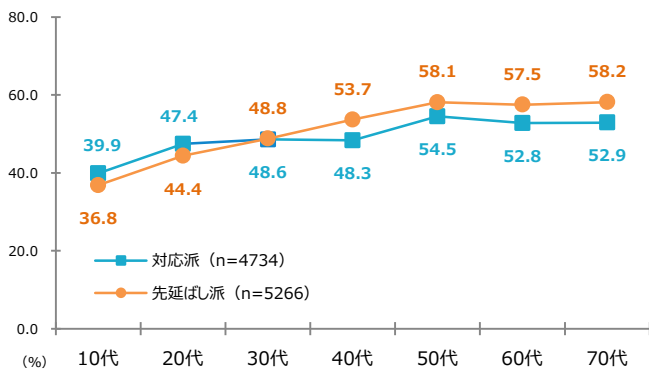
まず、この1～2年の間に、痛くなる、はれる、つめものがとれる、ものがはさまるなど歯や口の中の問題で日常生活に支障をきたしたことがあるかと聞くと、対応派も先延ばし派も年代とともに「支障をきたしたことがある」と答える人が増えていますが、10代・20代では対応派の方が多くに対し、30代以降になると先延ばし派の方が支障がある人の割合が高くなっています【図2-1】。

また、現在の歯や口の中の健康状態について聞くと、「健康だと思わない」と答えた人は年代とともに増えていくものの、対応派は10代の頃から少なく（36.4%）、それほど増えていかない（ピークの50代で50.0%）のに対し、先延ばし派は10代の頃から約半数（49.5%）と多く、50代では73.3%にまで増えています【図2-2】。

歯の健診・受診を先延ばしにしがちな人は、将来にわたって歯のトラブルが増え、歯の健康状態が良くないという大きなリスクを抱えることになるようです。

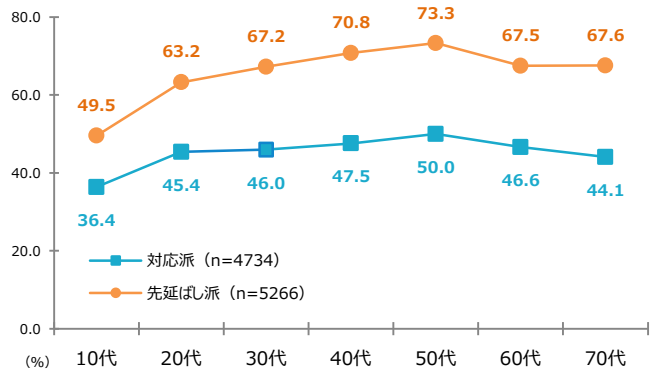
【図2-1】 対応派と先延ばし派

「歯に支障がある」割合（年代別）



【図2-2】 対応派と先延ばし派

歯や口の中が「健康だと思わない」割合（年代別）

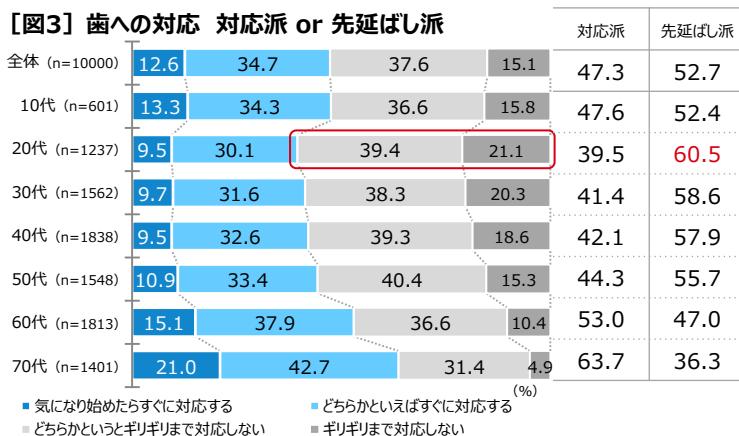


先延ばし派が最も多い歯の健康リスクの高い20代の実態

■ 歯の健診・受診をギリギリまで対応しない20代、「先延ばし派」が6割と最も多い

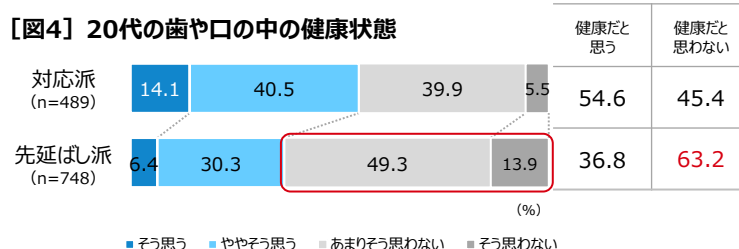
では、歯科健診・受診の対応派か先延ばし派かを年代別で見ると、「先延ばし派」が最も多いのは20代で6割（60.5%）を占めています [図3]。

そこで、先延ばし派が最も多い20代の歯の状態について、「対応派」（489人）と、ギリギリまで対応しない「先延ばし派」（748人）に分け、その違いを調べてみました。

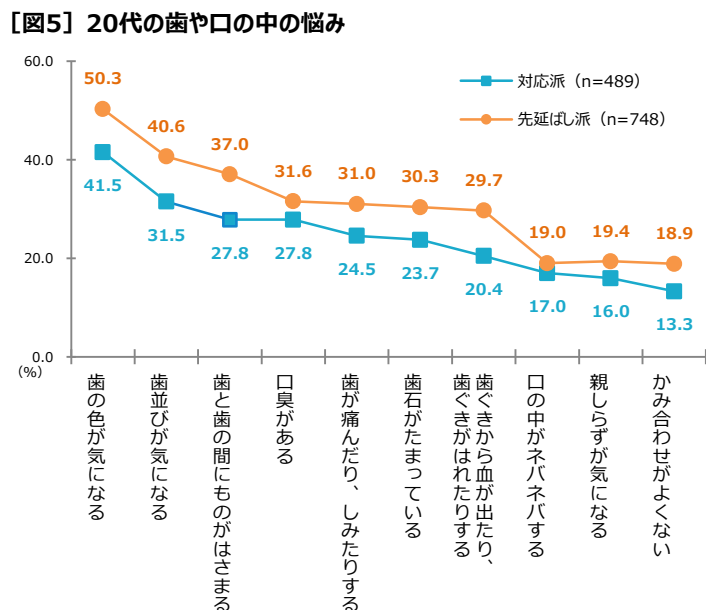


■ 20代の先延ばし派は、歯の状態を「健康だと思わない」が6割、歯や口の中のトラブルも総じて多い

まず自身の歯や口の中の健康状態を聞くと、20代の対応派は半数以上が「健康だと思う」（54.6%）と答えているのに対し、20代の先延ばし派は3割台（36.8%）にとどまり、63.2%が「健康だと思わない」と答えています [図4]。



また、歯や口の中での悩みを聞くと、いずれも先延ばし派の方が悩む人の割合が高く、先延ばし派は歯のトラブルをあれこれ抱えていることがうかがえます [図5]。



■ 歯のトラブルが多い20代の先延ばし派は、歯科の治療やチェックすら受けたことがない放置派が1割も

■ かかりつけ歯科医がいる率も、対応派の半分程度

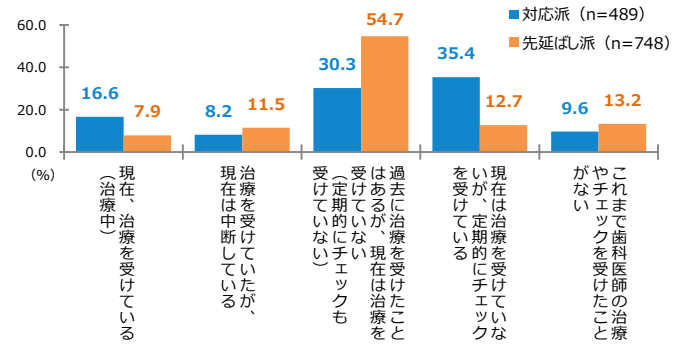
20代に歯科医との関係を聞くと、対応派の3人に1人は「定期的に歯科チェックを受けている」(35.4%)のに対し、先延ばし派で歯の定期チェックを受けているのは12.7%と20ポイントも少なく、「これまで歯科医師の治療やチェックを受けたことがない」(13.2%)という放置派が1割以上もいます【図6】。

また、歯科医院に行った20代(1,091人)に直近で行った理由を聞くと、対応派は半数以上が「定期健診・検診」(53.6%)で訪れているのに対し、先延ばし派は6割近くが「むし歯の治療」(57.2%)で訪れています【図7】。

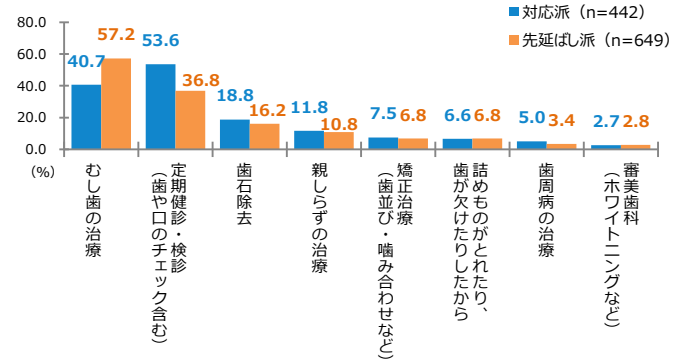
さらに、対応派は64.9%がかかりつけ歯科医が「いる」のに対し、先延ばし派は39.0%しかいません【図8】。

対応派に比べ先延ばし派は、歯の健康を保つ環境が不十分であることがうかがえます。

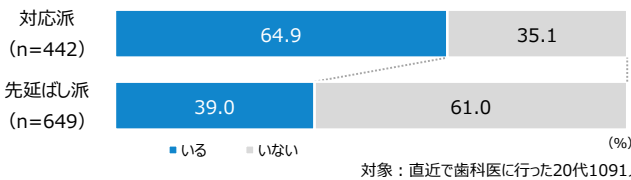
【図6】 20代の歯科事情



【図7】 20代が直近で歯科医に行った理由



【図8】 20代のかかりつけ歯科医の有無



対象：直近で歯科医に行った20代1091人

□ 若年世代が気になるのは「むし歯」「ホワイトニング」、熟年世代が気になるのは「歯周病」「歯の正しい磨き方」

□ 世代に関係なく誰もが気になる「口臭」

歯や口の中に関して知りたいことを聞くと、全体では①「歯周病の予防と治療方法」(50.1%) ②「むし歯の予防と治療方法」(48.9%)、「口臭について」(33.8%) ③「ホワイトニングについて」(25.0%) ④「歯の正しい磨き方について」(22.0%)の順となりました。

年代別に見ると、若い世代は歯周病よりも「むし歯」の方が気になるようで1位を独占していますが、50代になると「歯周病」が本格的に気になるようで1位となっています。一方、「ホワイトニング」が気になるのは10代・20代の若い世代に多く、「歯の正しい磨き方」は30代以上が気になるようです。また、「口臭」は世代に関係なく気になるようで、全世代とも上位にランクインしています。

歯や口の中で知りたいことTOP5

	全体 (n=10000)	10代 (n=601)	20代 (n=1237)	30代 (n=1562)	40代 (n=1838)	50代 (n=1548)	60代 (n=1831)	70代 (n=1401)
1位	歯周病の予防と治療方法 50.1	むし歯の予防と治療方法 56.9	むし歯の予防と治療方法 60.4	むし歯の予防と治療方法 60.6	むし歯の予防と治療方法 56.9	歯周病の予防と治療方法 56.5	歯周病の予防と治療方法 59.2	歯周病の予防と治療方法 58.2
2位	むし歯の予防と治療方法 48.9	口臭について 43.8	口臭について 44.1	歯周病の予防と治療方法 44.1	歯周病の予防と治療方法 51.5	むし歯の予防と治療方法 46.4	むし歯の予防と治療方法 36.8	むし歯の予防と治療方法 30.1
3位	口臭について 33.8	ホワイトニングについて 38.3	ホワイトニングについて 40.1	口臭について 41.8	口臭について 35.9	口臭について 29.9	口臭について 24.1	口臭について 25.7
4位	ホワイトニングについて 25.0	歯周病の予防と治療方法 25.5	歯周病の予防と治療方法 36.9	ホワイトニングについて 34.5	ホワイトニングについて 26.4	治療内容と治療費に関すること 23.1	治療内容と治療費に関すること 23.4	歯の正しい磨き方について 24.2
5位	歯の正しい磨き方について 22.0	歯の矯正について 24.1	親しらずについて 27.7	歯の正しい磨き方について 23.4	歯の正しい磨き方について 20.5	ホワイトニングについて 19.3	歯の正しい磨き方について 21.5	義歯やブリッジなどの手入れ方法 23.7

歯の健診・治療に対する“後悔”実態

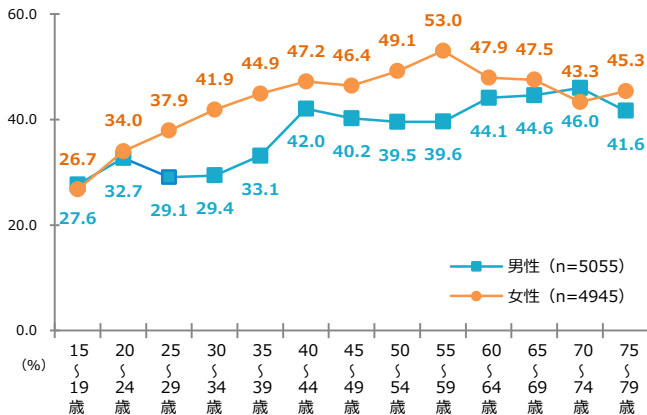
■ 歯の健診・治療に対して「後悔」しがちな日本人 年齢とともに後悔度も高くなる

Part1の調査では、日本人の4人に3人（75.7% = そう思う41.5% + ややそう思う34.2%）が、もっと早くから歯の健診や治療をしておけばよかったと「後悔」していることがわかりました。

そこで、「後悔（そう思う）」と答えた男女の割合を5歳刻みで見ると、男性より女性の方が後悔している割合が高く、女性は年齢とともに後悔度が高くなり、50代後半をピークにゆるやかに低下しています。一方男性は、20代前半で一度高くなるものの、その後低下し、40代前半で急に高くなりまた低下し、60代でまた高くなるという乱高下を繰り返しています [図9]。

女性にとって歯の健康は見た目大きく関わることから、常に意識し、後悔が絶えないようですが、見た目にそれほどこだわらない男性は、中年になって歯の健康が損なわれた時に、しまった！と後悔する人が多いようです。

【図9】 もっと早くから歯の健診・治療をしておけばよかったと「後悔している」割合



■ 歯の健診・治療に後悔はつきもの?! 対応派も先延ばし派も4人に3人が「後悔」するも、

年齢とともに先延ばし派の方が後悔度がより高くなる… 今この後悔を対応派へシフトする第一歩へ！

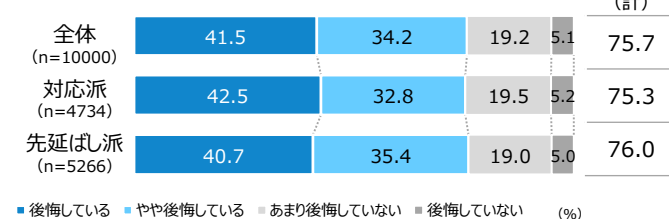
では、先ほどの「対応派」と「先延ばし派」で、歯の健診や治療に対する後悔度に違いはあるのか見てみましょう。

全体での後悔度は平均で75.7%となり、先延ばし派が76.0%とやや高いものの、対応派も75.3%と大きな差はありません [図10-1]。

これを年代別に見ると、年代を追うごとに対応派も先延ばし派も後悔度は高くなりますが、先延ばし派の方が後悔度がやや高くなっています [図10-2]。

歯の健診や治療は、すぐに対応しても、もっとこうしておけば…と後悔することは少なくないようです。しかし、だからといってずるずると先延ばししてしまえば、歯の健康はさらにダメージを受けてしまいます。どうせ後悔するのだから、と諦めるのではなく、今、感じている後悔を、対応派へ切りかえる第一歩として生かすことが肝心です。

【図10-1】 対応派と先延ばし派の後悔度（全体）



【図10-2】 対応派と先延ばし派の後悔度（年代別）

