

虫歯を持つ学童における睡眠時間の短さとメディア使用時間の長さの関連性

【目的】

小児のう蝕には個々の生活習慣因子が関連しています。本研究の目的は、小学生の虫歯に関して、子どもとその保護者の生活習慣因子との関連を総合的に調べました。

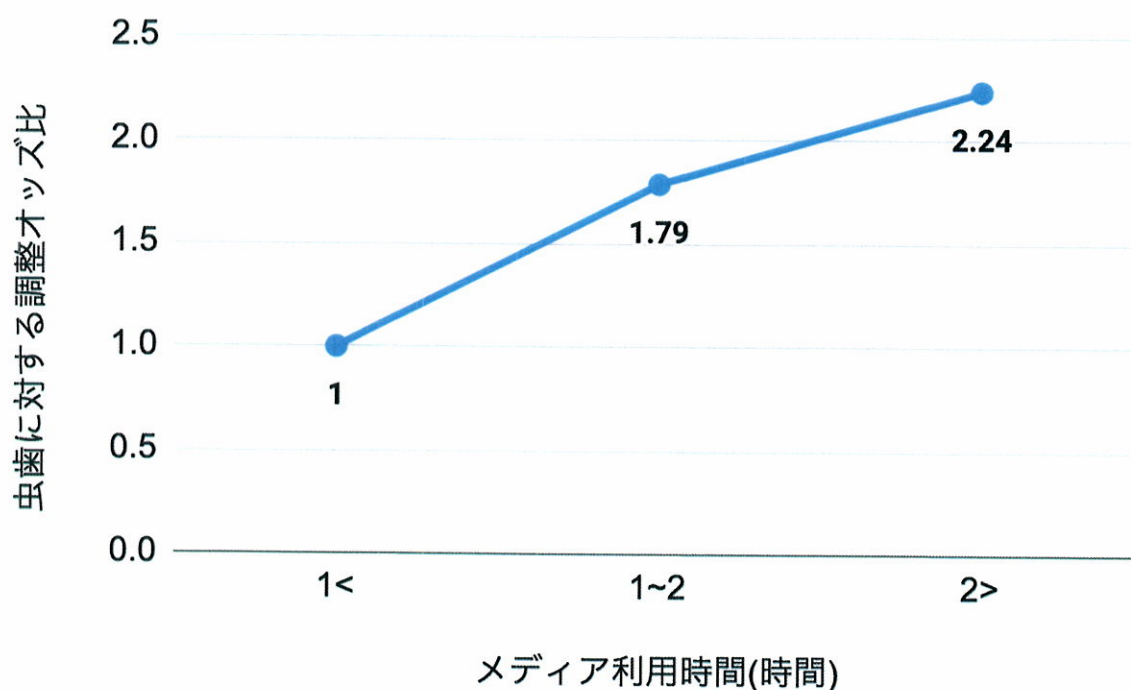
【方法】

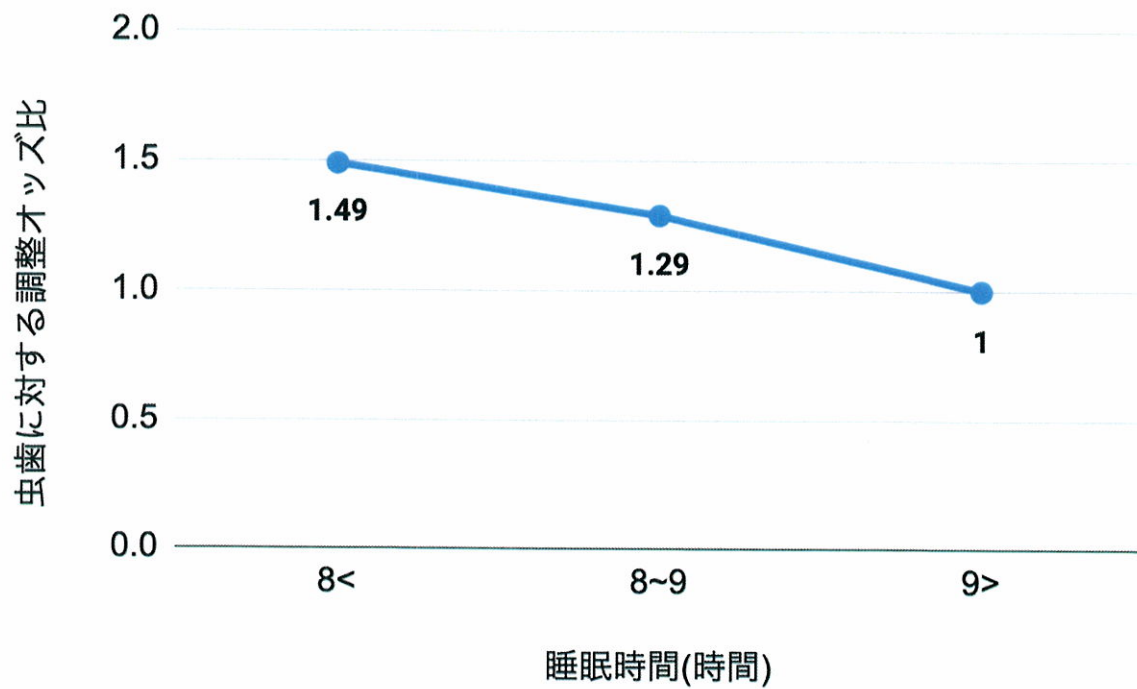
富山県高岡市の5つの小学校の学童（1,699人：男子848人、851人女子、年齢層6～12歳）を対象に2016年3月に実施しました。社会経済的地位に関する質問（SES）と生活習慣因子を子どもとその保護者に提出してもらい、3つ以上の虫歯の治療歴がある学童を虫歯の多い学童と定義し、ロジスティック回帰分析を行いSESや生活習慣因子が虫歯の数と関連しているかどうか調べました。

【結果】

虫歯の多い学童（ ≥ 3 ）の割合は38.4%でした。一変量解析では、5、6学年、間食の頻度、睡眠時間の短さ、メディア使用時間の長さ、父親の喫煙、親の朝食の欠食は虫歯の数と有意に関連していました。

多変量解析においても睡眠時間の短さ、メディア利用時間の長さで虫歯の関連性は有意なままでした。メディア利用時間が1-2時間と2時間以上のオッズ比（OR）は1.79（95%信頼区間[CI]：1.30-2.46）と2.24（95%CI：1.61～3.11）でした。睡眠時間が8時間未満の調整済みORは1.49（95%CI：1.07～2.06）でした。





【結論】

メディアの使用時間の長さと睡眠時間の短さは虫歯に関連していました。つまり、学童の虫歯予防には、健康的な生活習慣の確立が必要であることがわかりました。