

## 일부 고등학생들의 구강건강인식도와 구강관리습관

심연수<sup>1</sup>, 홍민희<sup>2</sup>, 정미애<sup>2\*</sup>  
<sup>1</sup>신흥대학 치위생학과, <sup>2</sup>강원대학교 치위생학과

### A oral health care and oral care habits in high school students

Youn-Su Shim<sup>1</sup>, Min-Hee Hong<sup>2</sup> and Mi-Ae, Jeong<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Dept. of Dental Hygiene, Shinheung College,

<sup>2</sup>Dept. of Dental Hygiene, Kangwon National university

**요 약** 본 연구는 일부 강원지역 고등학생을 439명을 대상으로 구강건강인식도와 구강관리습관을 알아보기 위하여 실시하였다. 학생들이 하루 평균 양치질을 하는 횟수에 대해 살펴본 결과 하루 평균 양치질을 세 번 이상 하는 학생이 54.4%로 가장 많았으며, 학생들이 식사나 간식 후 30분 ~ 1시간 이내에 양치질을 하는 학생이 47.6%로 가장 많았다. 학생들이 이를 닦는 주된 이유는 구강 청결을 위함이 45.1%로 가장 많았으며, 충치 예방을 위해 칫솔질을 올바르게 하려 노력하는 학생이 54.2%로 가장 많았다. 구강보건에 관한 지식은 학년별로는 1학년 학생이 구강보건지식이 가장 높았고, 한달 용돈별로는 한달 용돈이 적은 학생일수록 높게 조사되었다. 올바른 구강관리와 구강보건 교육이 강화되어야 할 것이고 올바른 구강건강인식을 가지고 구강관리습관이 정착될 수 있도록 고등학생들의 구강보건교육이 더욱 더 필요할 것이다.

**Abstract** The purpose of this study was to examine the oral care habits, health care awareness of 439 high school students in Gangwon Province. the largest group (46.9%) brushed their teeth over the three times a day on the average, and the biggest group(47.6%) brushed their teeth within 30 minutes after having a meal or snack. In for the major reason for toothbrushing, the greatest group(45.1%) brushed in order to keep their mouth clean, and the largest group (54.4%) tried to do toothbrushing in the right way to prevent dental caries. Knowledge on oral health was surveyed that the oral health knowledge was the highest in 1st-grade students by grade and that the students with the less monthly pocket money led to the higher knowledge by monthly pocket money. The right oral care and the oral-health education will need to be reinforced. The oral health education for high school students will be needed further so that the oral care habit can be settled with having right oral health recognition.

**Key Words** : Oral health, Oral health awareness, High school, Oral habits.

### 1. 서론

경제 성장과 바쁜 생활 환경 속에서 청소년기의 식습관은 서서히 서구화 되어가고 있고 그로 인해 인스턴트 식품이나 패스트푸드에 대한 기호 및 섭취빈도가 증가함으로써 성장에 필요한 영양소들이 부족하고 열량은 많아 비만을 비롯한 각종 영양 불균형이 초래되고 있다[1].

중·고등학교 시절인 청소년기의 올바른 지속적인 구강관리 여부는 성년기와 노년기의 구강건강을 결정한다.

따라서 이 시기는 부모의존도가 큰 아동기와 달리 실질적으로 본인의 구강상태를 스스로 책임지기 시작하는 단계이므로 적절한 교육적 자원이 반드시 필요하다[2]. Broadbent 등[3]의 연구에서 청소년 시기는 구강건강에 대한 신념이 변화 가능한 시기로 이때 구강건강에 대해 올바른 신념을 가진 경우 연령증가와 함께 보다 건전한 구강건강상태를 유지하는 것으로 보고하였다.

그러나 청소년을 대상으로 한 구강보건행태에 관한 연구는 다른 연령 집단에 비해 그 수가 매우 제한적이고,

\*교신저자 : 정미애 (teeth2080@kangwon.ac.kr)

접수일 10년 09월 14일

수정일 (1차 10년 10월 08일, 2차 10년 10월 29일)

게재확정일 10년 11월 19일

우리나라 보건직 치과위생사의 구강보건교육 실태조사결과 구강보건교육 대상이 대부분 초등학교, 유치원 등에 집중되어 있으며, 치과진료실 및 지역사회 주민의 순으로 나타나 청소년은 구강보건교육 대상순위에서 다소 벗어나 있다[4]. 또한 고학년이 되어갈수록 구강건강에 대한 교육이 부족하고 학교수업시간으로 인해 정기적인 구강검진조차 어려운 실정으로 조기치료 및 예방은 시행되고 있지 않으며, 통증이 있어 질환이 있는 경우에만 치과에 내원하는 상황이다[5].

청소년기 고등학생들에 대한 구강건강관리행태의 중요성이 강조되고 있으며 구강건강관리습관이 완성되는 시기인 만큼 올바른 습관을 익히고, 구강건강에 대한 정보를 정확하게 인지해야 한다. 따라서 본 연구는 고등학생들이 구강건강 지식 및 인지도에 대하여 알아보도록 하며, 앞으로 고등학생들의 올바른 구강건강습관 및 구강보건교육에 이바지하고자 한다.

## 2. 연구대상 및 방법

### 2.1 연구대상 및 방법

강원 홍천지역과 삼척지역의 고등학교 3개교의 남, 여 학생 439명을 대상으로 학교보건교사와 담임교사의 협조 및 지도하에 2009년 10월 5일에서 10일까지 설문조사를 실시하였다. 본 설문지는 고등학생들의 구강건강인지 및 구강습관에 대한 설문문항으로 총 450부를 배부하여 439부가 회수되었으며, 이 중 불성실한 11부를 제외하고 자료처리가 가능한 439부를 최종 분석 자료로 사용되었다.

### 2.2 자료분석

본 연구의 수집된 자료는 SPSS(Statistical Package for the Social Science) WIN 13.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 분석기법으로는 연구대상자의 일반적 특성을 파악하기 위해 빈도와 백분율을 산출하였으며, 학생들의 구강건강 관리 및 인지도를 알아보기 위해  $\chi^2$ 검증과 빈도 분석, t-test, 그리고 One-way ANOVA(일원변량분석)를 실시하였다.

## 3. 연구 결과 및 해석

### 3.1 일반적 특성

본 연구의 연구대상자의 일반적 특성은 표 1과 같다.

[표 1] 연구대상자의 일반적 특성

구분	빈도(명)	백분율(%)	
성별	남	151	34.4
	여	288	65.6
학년	1학년	141	32.1
	2학년	177	40.3
	3학년	121	27.6
계열	인문계	227	51.7
	자연계	155	35.3
	실업계	57	13.0
부모님 월수입	100~200만원 미만	131	32.2
	200~300만원 미만	132	30.1
	300~400만원 미만	70	15.9
	400~500만원 미만	94	21.4
	500만원 이상	2	0.5
부모님 학력	중졸	30	6.8
	고졸	224	51.0
	대졸	110	25.1
	대학원졸	26	5.9
	모름	49	11.2
월용돈	3만원 미만	140	31.9
	3~5만원 미만	140	31.9
	5~7만원 미만	67	15.3
	7만원 이상	92	21.0
모취업	취업	240	54.7
	전업주부	199	45.3
계	439	100.0	

총 439명 중 성별로는 여학생이 65.6%로 남학생 34.4%보다 많았다. 학년별로는 2학년이 40.3%로 가장 높은 분포를 보였으며, 다음으로 1학년 32.1%, 3학년 27.6% 순으로 나타났다. 계열별로는 인문계가 51.7%로 절반 이상을 차지하였으며, 다음으로 자연계 35.3%, 실업계 13.0% 순이었다. 부모님 월평균 수입별로는 200~300만원 미만이 30.1%로 가장 많았으며, 다음으로 100~200만원 미만 26.0%, 400~500만원 미만 21.4%, 300~400만원 미만 15.9%, 100만원 미만 6.2%, 500만원 이상 0.5% 순으로 나타났다. 부모님 학력별로는 고졸이 51.0%로 절반 이상을 차지하였으며, 다음으로 대졸 25.1%, 중졸 6.8%, 대학원졸 5.9% 순이었다.

한달 용돈별로는 3만원 미만과 3~5만원 미만이 31.9%로 가장 높은 분포를 보였으며, 다음으로 7만원 이상 21.0%, 5~7만원 미만 15.3% 순으로 차지하였다. 어머니 취업 여부별로는 어머니가 취업한 학생이 54.7%로 전업주부인 학생 45.3%보다 높은 분포를 보였다.

### 3.2 하루 평균 양치질 횟수

학생들이 하루 평균 양치질을 하는 횟수에 대해 살펴본 결과는 표 2와 같이 하루 평균 양치질을 세 번 이상 하는 학생이 54.4%로 가장 많았다.

성별로는 남학생이 여학생보다 하루 평균 양치질을 두 번 하였고, 여학생은 남학생보다 세 번 이상 하였으며, 성별에 따라 유의미한 차이를 보였다( $\chi^2=32.78$ ,  $p<.010$ ). 학년별로는 1학년 학생이 다른 학생보다 하루 평균 양치질을 세 번 이상 하였다.

계열별로는 인문계 학생이 다른 학생보다 하루 평균 양치질을 세 번 이상 하였고, 실업계 학생은 다른 학생보다 두 번 하였으며, 계열에 따라 유의미한 차이를 보였다( $\chi^2=35.05$ ,  $p<.001$ ). 부모님 월수입별로는 200만원 미만인 학생이 다른 학생보다 하루 평균 양치질을 두 번 하였고, 300~400만원 미만인 학생은 다른 학생보다 세 번 이상 하였으며, 부모님 월수입에 따라 유의미한 차이를 보였다( $\chi^2=27.18$ ,  $p<.01$ ).

한달 용돈별로는 5~7만원 미만인 학생이 다른 학생보다 하루 평균 양치질을 두 번 하였고, 한달 용돈이 적은 학생일수록 세 번 이상 하였으며, 한달 용돈에 따라 유의미한 차이를 보였다( $\chi^2=32.48$ ,  $p<.01$ ). 어머니 취업 여부별로는 어머니가 취업한 학생이 그렇지 않은 학생보다 하루 평균 양치질을 세 번 이상 하였고, 어머니가 전업주부인 학생은 취업한 학생보다 두 번 하였으며, 어머니 취업 여부에 따라 유의미한 차이를 보였다( $\chi^2=12.97$ ,  $p<.05$ ).

[표 2] 하루 평균 양치질 횟수

구분	한 번 이하	두 번	세 번 이상	계	$\chi^2$ (df)	p
성별	남 17 (11.2)	79 (52.3)	55 (36.4)	151 (34.4)	32.78*** (4)	0.000
	여 12 (4.1)	92 (31.9)	159 (55.2)	288 (65.6)		
학년	1학년 6 (4.2)	55 (39.0)	80 (56.8)	141 (32.1)		
	2학년 16 (10.1)	69 (39.0)	90 (50.8)	177 (40.3)	9.36 (8)	0.313
	3학년 5 (4.1)	47 (38.8)	69 (77.0)	121 (27.6)		
계열	인문계 10 (4.4)	83 (36.6)	134 (59.0)	227 (51.7)		
	자연계 8 (5.1)	61 (39.4)	86 (55.5)	155 (35.3)	35.05*** (8)	0.000
	실업계 11 (19.3)	27 (47.4)	19 (33.4)	57 (13.0)		
부모님 월수입	200만원 미만 6 (4.2)	62 (44.0)	73 (51.7)	141 (32.1)	27.18** (12)	0.007
	200~300만원 8	54	70	132		

입	월 미만 300~400만원 월 미만 400만원 이상	(6.1) (2.9) (13.5)	(40.9) (38.6) (29.2)	(53.0) (58.6) (57.3)	(30.1) (15.9) (21.9)		
월용돈	3만원 미만 3~5만원 미만 5~7만원 미만 7만원 이상	7 (5.0) (10.4)	55 (39.3) (41.8)	78 (55.7) (47.8)	140 (31.9) (15.3)	32.48** (12)	0.001
모취업	취업 전업주부	9 (3.8)	93 (38.8)	138 (57.5)	240 (54.7)	12.97* (4)	0.011
계		29 (6.6)	171 (39.0)	239 (54.4)	439 (100.0)		

\*  $p<.05$ , \*\*  $p<.01$ , \*\*\*  $p<.001$

### 3.3 식사나 간식 후 양치질하는 시간

학생들이 식사나 간식 후 얼마 뒤에 양치질을 하는지 살펴본 결과 표 3과 같이 식사나 간식 후 30분~1시간 내에 양치질을 하는 학생이 47.6%로 가장 많았으며, 다음으로 3분~30분 28.9%, 1시간 후 12.8% 순으로 나타났고, 하지 않는 학생은 10.7%를 차지하였다.

[표 3] 식사나 간식 후 양치질하는 시간

구분	안한다	3분~30분	30분~1시간	1시간 후	계	$\chi^2$ (df)	p
성별	남 31 (20.5)	27 (17.9)	62 (41.1)	31 (20.5)	151 (34.4)	43.44*** (3)	0.000
	여 16 (5.6)	100 (34.7)	147 (51.0)	25 (8.7)	288 (65.6)		
학년	1학년 11 (7.8)	40 (28.4)	74 (52.5)	16 (11.3)	141 (32.1)		
	2학년 23 (13.0)	49 (27.7)	82 (46.3)	23 (13.0)	177 (40.3)	3.86 (6)	0.695
	3학년 13 (10.7)	38 (31.4)	53 (43.8)	17 (14.0)	121 (27.6)		
계열	인문계 19 (8.4)	68 (30.0)	117 (51.5)	23 (10.1)	227 (51.7)		
	자연계 19 (12.3)	50 (32.3)	68 (43.9)	18 (11.6)	155 (35.3)	18.12** (6)	0.006
	실업계 9 (15.8)	9 (15.8)	24 (42.1)	15 (26.3)	57 (13.0)		
부모님 월수입	200만원 미만 9 (6.4)	39 (27.7)	70 (49.6)	23 (16.3)	141 (32.1)		
	200~300만원 미만 12 (9.1)	33 (25.0)	66 (50.0)	21 (15.9)	132 (30.1)	20.90* (9)	0.013

	300~400만원 미만	9 (12.9)	18 (25.7)	37 (52.9)	6 (8.6)	70 (15.9)		
	400만원 이상	17 (17.7)	37 (38.5)	36 (37.5)	6 (6.3)	96 (21.9)		
월용돈	3만원 미만	11 (7.9)	39 (27.9)	67 (47.9)	23 (16.4)	140 (31.9)	16.50 (9)	0.057
	3~5만원 미만	12 (8.6)	39 (27.9)	72 (51.4)	17 (12.1)	140 (31.9)		
	5~7만원 미만	8 (11.9)	14 (20.9)	37 (55.2)	8 (11.9)	67 (15.3)		
	7만원 이상	16 (17.4)	35 (38.0)	33 (35.9)	8 (8.7)	92 (21.0)		
모취업	취업	23 (9.6)	67 (27.9)	120 (50.0)	30 (12.5)	240 (54.7)	1.48 (3)	0.688
	전업주부	24 (12.1)	60 (30.2)	89 (44.7)	26 (13.1)	199 (45.3)		
	계	47 (10.7)	127 (28.9)	209 (47.6)	56 (12.8)	439 (100.0)		

\* p<.05, \*\* p<.01, \*\*\* p<.001

성별로는 남학생이 여학생보다 식사나 간식 후 양치질을 하지 않았고, 여학생은 남학생보다 30분~1시간 내에 양치질을 하였으며, 성별에 따라 유의미한 차이를 보였다( $\chi^2=43.44$ ,  $p<.0001$ ). 학년별로는 3학년 학생이 다른 학생보다 식사나 간식 후 양치질을 3분~30분에 하였고, 학년이 낮을수록 30분~1시간에 양치질을 하였으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

계열별로는 인문계 학생이 다른 학생보다 식사나 간식 후 3분~30분에 양치질을 하였고, 자연계 학생은 다른 학생보다 양치질을 3분~30분에 하였으며, 계열에 따라 유의미한 차이를 보였다( $\chi^2=18.12$ ,  $p<.01$ ). 부모님 월수입별로는 300~400만원 미만인 학생이 다른 학생보다 식사나 간식 후 30분~1시간에 양치질을 하였고, 400만원 이상인 학생은 다른 학생보다 양치질을 3분~30분에 하였으며, 부모님 월수입에 따라 유의미한 차이를 보였다( $\chi^2=20.90$ ,  $p<.05$ ).

한달 용돈별로는 5~7만원 미만인 학생이 다른 학생보다 식사나 간식 후 30분~1시간에 양치질을 하였고, 7만원 이상인 학생은 다른 학생보다 양치질을 3분~30분에 하였으나 유의미한 차이는 아니었다. 어머니 취업 여부별로는 어머니가 취업한 학생이 그렇지 않은 학생보다 식사나 간식 후 3분~30분에 양치질을 하였고, 어머니가 전업주부인 학생은 취업한 학생보다 양치질을 즉시 하였으나 어머니 취업 여부에 따른 유의미한 차이는 없었다.

### 3.4 이를 닦는 주된 이유

#### 4) 이를 닦는 주된 이유

학생들이 이를 닦는 주된 이유에 대해 살펴본 결과는 표 4와 같이 구강 청결을 위해 이를 닦는 학생이 45.1%로 가장 많았으며, 다음으로 냄새로 다른 사람에게 불편함을 주므로 24.4%, 충치예방을 위해서 23.9%, 주위에서 닦으라고 하므로 6.6% 순으로 나타났다.

성별로는 남학생이 여학생보다 냄새로 다른 사람에게 불편함을 주므로 이를 닦았고, 여학생은 남학생보다 구강 청결을 위해 이를 닦았으며, 성별에 따라 유의미한 차이를 보였다( $\chi^2=9.82$ ,  $p<.05$ ). 학년별로는 2학년 학생이 다른 학생보다 구강 청결을 위해 이를 닦았고, 학년이 높은 학생일수록 냄새로 다른 사람에게 불편함을 주므로 이를 닦았으며, 학년에 따라 유의미한 차이를 보였다( $\chi^2=34.03$ ,  $p<.001$ ).

계열별로는 자연계 학생이 다른 학생보다 구강 청결을 위해 이를 닦았고, 실업계 학생은 다른 학생보다 냄새로 다른 사람에게 불편함을 주므로 이를 닦았으며, 계열에 따라 유의미한 차이를 보였다( $\chi^2=25.68$ ,  $p<.001$ ). 부모님 월수입별로는 200~300만원 미만인 학생이 다른 학생보다 충치예방을 위해서 이를 닦았고, 300~400만원 미만인 학생은 다른 학생보다 구강 청결을 위해 이를 닦았으나 유의미한 차이는 아니었다.

한달 용돈별로는 3만원 미만인 학생이 다른 학생보다 구강 청결을 위해 이를 닦았고, 5~7만원 미만인 학생은 다른 학생보다 냄새로 다른 사람에게 불편함을 주므로 이를 닦았으며, 한달 용돈에 따라 유의미한 차이를 보였다( $\chi^2=40.61$ ,  $p<.001$ ).

어머니 취업 여부별로는 어머니가 취업한 학생이 그렇지 않은 학생보다 구강 청결을 위해 이를 닦았고, 어머니가 전업주부인 학생은 취업한 학생보다 냄새로 다른 사람에게 불편함을 주므로 이를 닦았으나 어머니 취업 여부에 따른 유의미한 차이는 없었다.

### 3.5 구강보건지식 수준

학생들의 구강보건지식 수준에 대해 살펴본 결과는 표 5과 같다.

학년별로는 1학년 학생이 구강보건지식이 가장 높았고, 2학년 학생은 다른 학생보다 구강보건지식이 낮았으며, 학년에 따라 유의미한 차이를 보였다( $F=5.69$ ,  $p<.01$ ).

한달 용돈별로는 한달 용돈이 적은 학생일수록 구강보건지식이 높았으며, 한달 용돈에 따라 유의미한 차이를 보였다( $F=2.67$ ,  $p<.05$ ). 어머니 취업 여부별로는 어머니가 취업한 학생이 그렇지 않은 학생보다 구강보건지식이 높았으나 유의미한 차이는 아니었다.

[표 4] 이를 닦는 주된 이유

구분	구강청결	냄새로 다른 사람에게 불편함을 주므로	충치 예방을 위해서	주위에서 담으라고 하므로	계	$\chi^2$ (df)	p
성별	남	55 (36.4)	46 (30.5)	36 (23.8)	14 (9.3)	9.82 <sup>*</sup> (3)	0.020
	여	143 (49.7)	61 (21.2)	69 (24.0)	15 (5.2)		
학년	1학년	65 (46.1)	22 (15.6)	49 (34.8)	5 (3.5)	34.03 <sup>***</sup> (6)	0.000
	2학년	89 (50.3)	37 (20.9)	35 (19.8)	16 (9.0)		
	3학년	44 (36.4)	48 (39.7)	21 (17.4)	8 (6.6)		
계열	인문계	109 (48.0)	44 (19.4)	64 (28.2)	10 (4.4)	25.68 <sup>***</sup> (6)	0.000
	자연계	76 (49.0)	39 (25.2)	28 (18.1)	12 (7.7)		
	실업계	13 (22.8)	24 (42.1)	13 (22.8)	7 (12.3)		
부모님 월수입	200만원 미만	67 (47.5)	36 (25.5)	34 (24.1)	4 (2.8)	16.55 (9)	0.056
	200~300만원 미만	60 (45.5)	30 (22.7)	35 (26.5)	7 (5.3)		
	300~400만원 미만	36 (51.4)	17 (24.3)	13 (18.6)	4 (5.7)		
	400만원 이상	35 (36.5)	24 (25.0)	23 (24.0)	14 (14.6)		
월용돈	3만원 미만	72 (51.4)	32 (22.9)	34 (24.3)	2 (1.4)	40.61 <sup>***</sup> (9)	0.000
	3~5만원 미만	66 (47.1)	33 (23.6)	37 (26.4)	4 (2.9)		
	5~7만원 미만	32 (47.8)	19 (28.4)	11 (16.4)	5 (7.5)		
	7만원 이상	28 (30.4)	23 (25.0)	23 (25.0)	18 (19.6)		
모취업	취업	112 (46.7)	57 (23.8)	57 (23.8)	14 (5.8)	0.86 (3)	0.836
	전업주부	86 (43.2)	50 (25.1)	48 (24.1)	15 (7.5)		
계	198 (45.1)	107 (24.4)	105 (23.9)	29 (6.6)	439 (100.0)		

\* p<.05, \*\*\* p<.001

[표 5] 구강보건지식 수준

구분	N	Mean	SD	t(F)	p	
성별	남	151	7.59	1.48	-0.54	0.589
	여	288	7.67	1.49		
학년	1학년	141	7.89	1.13	5.69**	0.004
	2학년	177	7.36	1.60		
	3학년	121	7.76	1.61		
계열	인문계	227	7.76	1.43	2.60	0.076
	자연계	155	7.61	1.47		
	실업계	57	7.26	1.70		
부모님 월수입	200만원 미만	141	7.70	1.48	2.42	0.065
	200~300만원	132	7.73	1.49		
	미만	70	7.83	1.36		
	300~400만원	96	7.29	1.53		
월용돈	3만원 미만	140	7.79	1.40	2.67*	0.047
	3~5만원 미만	140	7.77	1.41		
	5~7만원 미만	67	7.54	1.57		
	7만원 이상	92	7.29	1.62		
월평균 간식비	1만원 미만	158	7.75	1.42	4.53**	0.004
	1~2만원 미만	124	7.89	1.48		
	2~3만원 미만	62	7.56	1.30		
모취업	취업	240	7.73	1.51	1.35	0.179
	전업주부	199	7.54	1.45		
전체	439	7.64	1.48			

\* p<.05, \*\* p<.01

#### 4. 고찰

청소년기는 올바른 구강건강신념을 세워야 하는 시기로 신체적, 정신적으로 구강보건 지식을 습득한 준비가 되어있는 시기이지만, 그 동안 행해져 온 구강보건교육은 대상자가 구강상태의 변화에 대한 지식이나 구강건강을 증진하는 방법에 대한 올바른 정보를 전달받을 수 있는 기회가 충분히 주어지지 못했던 것으로 생각된다[6]. 또한 치아우식증은 연령, 성별, 인종 등 인구학적인 요인과 사회경제적 요인, 구강보건행태 등에 의해서 영향을 받는 질환으로[7], 여러 가지의 원인요소가 복합적으로 발생하는 다인성 질환이라는 특징을 가지고 있어 어느 한가지의 방법으로는 충분한 예방효과를 거둘 수 없고 여러 가지의 발생요인을 복합적으로 관리하여야 한다[8].

본 연구는 일부 지역의 고등학생들의 구강건강관리행태를 조사하여 올바른 식습관 및 구강습관을 교육하기

위하여 실시 하였다.

이[9]의 연구에서 1일 양치질 횟수는 '2회' 59.4%였으며, 조사대상자의 95.0%가 하루 2회 이상의 양치질을 하는 것을 알 수 있다. 정[10]의 연구에서는 고등학생이 하루 3회 이상의 잇솔질을 시행하는 경우 흡연율이 낮다고 조사되었다, 본 연구에서는 하루 평균 양치질을 세 번 이상 하는 학생이 54.4%로 가장 많았으며, 다음으로 두 번 39.0%로 나타났다. 사춘기로 인하여 외모에 관심이 많아지는 시기이므로 잇솔질 횟수가 더 높게 나타났다고 사료되며 치아우식증을 비롯하여 구강상태를 건강하고 청결하게 유지하는 가장 기본적인 방법이 잇솔질인 만큼 잇솔질의 시기와 횟수가 중요하다고 사료된다. 이[9]는 아동의 간식섭취 및 구강상태가 치아우식증에 미치는 영향을 조사한 결과 하루 중 2번의 양치질을 한다'고 대답한 학생이 70.6%로 1회의 양치질을 하는 결과 남학생은 28.7%, 여학생은 14.4%, 3회의 양치질을 하는 남학생은 2.6%, 여학생은 12.6%로 여학생이 남학생보다 1일 양치질 횟수가 많았다. '식사나 간식 후 얼마 후에 양치질을 하는가'에 대한 응답율은 10~20분 이내가 42.3%로 가장 높았으며, '잘 모르겠다' 20.5%, 즉시 한다 19.0%, 30분 후 12.6% 등으로 나타났다. 본 연구에서는 학생들이 식사나 간식 후 30분 이내에 양치질을 하는 학생이 47.6%로 가장 많았으며, 다음으로 즉시 한다 28.9%, 1시간 후 12.8% 순으로 나타났고, 하지 않는 학생은 10.7%를 차지하였다. 잇솔질에 대한 기본적인 지식으로 3분 이내에 양치질을 하는 것이 가장 바람직하다고 인식하고 있지만 실제적으로는 식사나 간식섭취 후에 3분 이내에 잇솔질을 하는건 쉽지 않다. 30분 이내에 잇솔질을 하는 습관은 바람직하며 매체나 교육을 통하여 학생들의 구강건강에 대한 인지도가 높다고 생각된다. 이[9]의 연구와 같이 간식 후 바로 양치를 하는 학생들이 가장 높게 나타났으며, 치아우식증과 잇솔질 교육에 대한 지식을 잘 습득하고 실천하고 있다고 사료된다.

이[9]는 양치질을 하는 이유는 '충치를 예방하기 위해서'가 40.0%로 가장 높았으며, '구강청결'이 24.4%, '냄새가 나서 다른 사람에게 불편을 주므로'가 20.3%로 나타났다. 본 연구는 구강 청결을 위해 이를 닦는 학생이 45.1%로 가장 많았으며, 다음으로 냄새로 다른 사람에게 불편함을 주므로 24.4%, 충치예방을 위해서 23.9%, 주위에서 닦으라고 하므로 6.6% 순으로 나타났다. 아동기에는 충치 발생률이 높기 때문에 치아우식증 예방에 대한 교육이 잘 되어 있으므로 이와 같은 결과가 나왔으며, 청소년기는 충치보다는 청결을 위하여 양치를 하는 것이 더 높게 나타났다고 사료된다.

구강건강인지에 대한 조사 결과 남학생에 여학생의 인

지도가 더 높게 조사되었으며, 아무래도 여학생들이 외모에 더 많이 신경을 쓸 시기이므로 구강에 대한 청결 및 인지도도 더 높게 나타났다고 사료된다.

고등학교 1학년 학생들 중 인문계 학생들이 구강건강인지도가 높게 조사되었으며, 고등학교 1학년 시기에 구강검진 및 교육이 많이 이루어지는 시기이므로 이와 같은 결과가 나타났을거라고 생각된다. 일반적으로 부모님의 월 수입과 학생들의 용돈이 많을수록 구강건강인지도가 높을거라고 생각되지만 연구결과 부모님의 월수입이 300~400만원인 경우, 학생들의 용돈이 적을수록 구강건강인지도가 높게 조사되었다. 이는 학생들의 용돈이 적기 때문에 먹고 싶은 간식 등을 사먹지 못하는 경우도 있으며 본인들이 구강에 대한 인지도가 높으므로 구강상태에 영향을 미칠 간식 등을 섭취하지 않으므로 용돈을 많이 지출하지 않기 때문일 거라고도 예측된다.

대부분 청소년들은 당질이 많이 함유한 식품 및 간식을 선호하며 치아우식증을 유발시킬 수 있는 식습관을 가지고 있어 우식성 식품을 많이 섭취할 가능성이 많으므로 가능한 우식성 식품의 섭취를 제한하고 올바른 구강관리 습관을 키워 치아우식증 발생을 억제시킬 수 있도록 지속적인 노력이 요구된다. 또한 올바른 구강관리와 치아보존을 위하여 청소년을 위한 구강보건 교육이 더욱 강화되어야 할 것이고 더 나아가 구강건강관리에 대한 습관이 이루어지는 유아기나 학령기에 철저한 교육이 이루어져야 할 것이다.

또한 본 연구는 강원도 지역을 대상으로 하였기 때문에 일반화하는데 지역적인 한계점이 있지만, 이 연구를 바탕으로 청소년기의 올바른 식습관 습관을 형성하는데 기초자료로 제공되어 질 것이다.

### 참고문헌

[1] 박현주, 양산지역 초등학교 5학년생의 영양지식, 식습관, 식행동, 기호도에 관한 비교 연구, 신라대 교육대학원 석사학위논문, 2007.

[2] 김지영, 일부 고등학생의 구강보건인식도와 Sic Index 조사 연구, 한국치위생과학회지, 2006.

[3] Broadbent JM, Thomson WM, Poulton R, Oral health beliefs in adolescence and oral health in young adulthood. J Dent Res, 85(4), pp.339~343, 2006.

[4] 이형숙, 보건직 치과위생사의 구강보건교육실태조사, 한국위생과학회지, 12(2), pp. 95-104, 2006.

[5] 지민경, 일개 도시 청소년의 구강건강증진행태 및 관련 요인, 충남대학교 박사학위논문, 2010.

[6] 장종화, 김숙향, 12세 청소년의 건강위험행위와 우울 및 치아우식경험도와의 관련성, 대한구강보건학회지, 31(4), pp. 593-601, 2007.

[7] 송근배, 한국성인들의 사회경제적 요인 및 구강보건 의식행태에 따른 치아우식증 실태 분석, 대한구강보건학회지, 27(2), pp.319, 2003.

[8] Haikel Y, Frank R. M Voegel J.C, Scanning election microscopy of human enamel surface layers of incipient carious lesion, Caries Res, 17(1), 1983.

[9] 이정희, 구강보건 인식과 실천간의 연관성에 대한 연구, 단국대학교 석사학위논문, 2007.

[10] 정태윤, 충남태안지역 청소년의 만성병관련 건강행위와 구강건강행위의 관련성, 경희대학교 박사학위논문, 2009.

### 심 연 수(Youn-Su Shim)

[정회원]



- 2004년 8월 : 경희대학교 경영대학원 의료경영학과 (의료경영학 석사)
- 2010년 2월 : 연세대학교 치과대학 치의학과 (치의학박사)
- 2006년 3월 ~ 현재 : 신홍대학 치위생과 겸임교수

<관심분야>  
치과재료학, 예방치학

### 홍 민 희(Min-Hee Hong)

[정회원]



- 2010년 2월 : 한양대학교 보건학과 박사과정 수료
- 2010 3월 ~ 현재 : 포항대학 치위생과 겸임교수
- 2010년 3월 ~ 현재 : 강원대학교 치위생과 교수

<관심분야>  
보건교육연구, 예방치과학, 노인요양복지학, 보건학

정 미 애(Mi Ae Jeong)

[정회원]



- 1999년 8월 : 단국대학교 보건행정학과 석사졸업
- 2008년 2월 : 한양대학교 보건학과 박사졸업
- 1998년 3월 ~ 2009년 2월 : 동우대학 부교수
- 2010년 3월 ~ 현재 : 강원대학교 치위생과 교수

<관심분야>

보건교육연구, 예방치과학, 노인요양복지학, 보건학