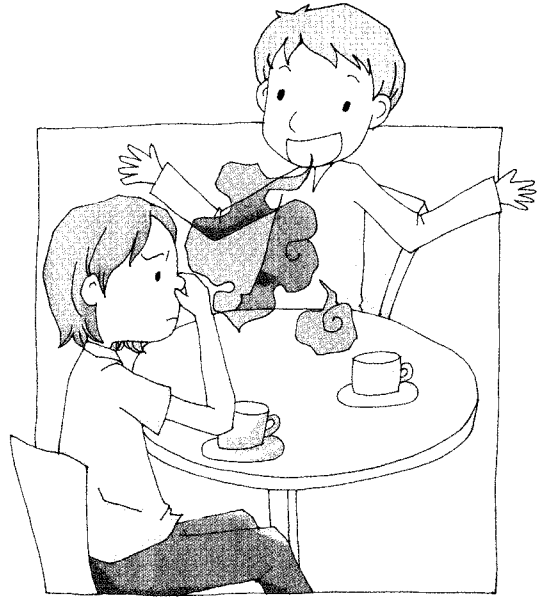


입에서 냄새가 나요!



보험설계사 일을 하고 있는 제 2형 당뇨병 7년차 김미순(가명, 54세) 씨는 요즘 지독한 입 냄새 때문에 스트레스가 이만저만 아니다. 고객을 만나야 하는 일의 특성상 말을 하지 않고는 실적을 올리기 힘들뿐더러 요즘은 주변 사람들까지도 김 씨와 말하기를 은근히 피하는 것 같다. 김 씨 자신도 사람 만나기가 두려워지고, 얘기할 적마다 괜시리 입을 가리고 말을 하게 된다. 양치질도 자주 하고 그 때 그때마다 구강 청결제나 껌 등을 사용해도 입 냄새가 도저히 가시질 않는다. 바쁜 업무 탓에 운동과 식사조절은 못하고 약으로만 혈당을 조절하고 있던 김 씨는 최근 들어 그마저도 끊어버렸다.

그러던 어느 날부터가 잇몸이 붓고 양치질 할 때마다 피가 났다. 치아 모양도 고르지 못하고 전보다 길어졌다. 그저 나이가 들면서 잇몸이 약해져서 그렇겠지 하고 별다른 증상이라고 여기지 않았었다. 문제는 그 후로 발생했다. 입안이 마르고 타는 듯한 느낌이 드는 가하면 음식을 씹을 때 치아가 부서지더니 좌우로 흔들리면서 빠져버리기까지 했다.

동네치과를 찾은 김 씨는 의사로부터 치주염이 심하게 진행됐다는 말을 들었다.

이대로 두면 나머지 치아도 멀지 않아 모조리 빠져버린다는 말과 함께 우선적으로 혈당조절을 해야 한다고 내과 진료를 받아보라고 충고했다.

당뇨병 때문에 치아가 빠질 수 있다는 사실을 모르고

있었던 김미순 씨는 사태의 심각성을 느껴 대학병원의 당뇨센터를 방문해 여러 가지 검사를 받았다. 검사 결과 혈당 355mg/dl, 당화혈색소 9.3%. 몸 상태가 엉망이었다. 평소 혈당관리를 소홀히 한 것이 드러났다.

당뇨병환자는 타액 내에도 당성분이 많다. 이는 치주 질환을 일으키는 세균들에게 좋은 먹잇감으로 제공된다. 이러한 환경이 조성되면 세균이 증식하게 되고 치아표면, 치아와 잇몸 사이의 미세한 틈에 치태의 형태로 달라붙어 번식하면서 치아조직에 염증을 발생시키고 결국에는 치아를 지탱하고 있는 뼈까지 녹여 치아를 상실케 한다. 또한 혈당조절이 불량해 고혈당에 시달리면 다뇨가 발생하면서 수분이 부족해져 입안도 마르고 건조한 상태에 이른다. 구강 내 침은 세균이 자라지 못하는 역할을 하는 데, 당뇨로 인해 타액의 분비가 줄어들면 구강 내 세균이 급속도로 퍼져 치주골을 파괴시킨다. 더구나 당뇨병환자는 세균에 대한 저항력이 떨어져 있어 치아건강을 유지하는 데 중요한 역할을 하는 백혈구의 이동능력 또한 떨어져 치주 질환이 더 잘 발생한다. 이러한 여러 가지 원인으로 당뇨병환자는 치주 질환이 생길 가능성이 높아진다. 특히 김 씨처럼 혈당관리를 엉망으로 한 사람이라면 멀지 않아 치과치료를 피할 수 없게 된다. 평소 혈당 관리는 물론 올바른 칫솔질, 스케일링을 통한 정기적 검 등 적절한 구강생활습관을 들여야 한다. **※**

글/ 김민경 기자