



조금이라도 일찍 신경쓰자

치주질환

치아 및 구강계는 빼놓을 수 없는 신체 재정비기관 중 하나.

소위 풍치로 불리는 치은염, 치주염은 치아를
붙잡아주는 역할을 하는 치주(잇몸)를 약하게 만들어
치아의 배열을 뺏겨지게 한다.

글 김은경(이코노믹리뷰 기자) 도움말 김기환(현대유비스병원 치과 과장)



구로테크노밸리에서 근무하고 있는 김원중 대리(35세)는 디자인 관련 업무를 보느라 야근이 잦다. 몸 생각이 끔찍한 김 대리는 그나마 먹기라도 잘하자는 생각에 이것저것 야식거리를 구비해 놓은 덕분에 언제나 그의 책상에는 각종 음료와 간식거리가 널려있다. 간식도 먹고 음료도 마시며 업무에 열중하다보면 퇴근시간이 다가오고 집으로 퇴근한다. 김 대리는 집에 도착해서 양치질을 하는데 회사에선 한 번도 양치질을 하지 않았다는 걸 늘 집에 가서야 깨닫곤 했다. 그러던 어느 날 양치질을 하던 중 피가 보이고 차가운 물을 마실 때면 이가 시린 느낌을 받았다. 꺼림칙한 마음에 양치질 횟수를 늘리고 가글을 열심히 했다. 하지만 점점 통증이 심해지면서 참을 수 없는 지경에 이르렀다. 결국 병원을 찾았다. 검사를 마친 담당 주치의는 치아 자체는 무척 건강하지만 치아와 잇몸에서 치주염의 증상이 있다는 결론을 내렸다.

양치질 잘해도 수시로 먹으면 잇몸병

소화기계통의 첫 부분인 치아는 위턱과 아래턱이 상하 짝을 이루어 좌우 대칭으로 배열된 구조를 갖고 있다. 치아의 구조를 살펴보면 표면은 우리 몸에서 가장 단단한 조직인 사기질(법랑질)로 되어 있어 입안에 들어온 음식물을 잘게 씹고 부수어 소화하기 쉽게 해준다. 사기질 안쪽에는 상아질이 있으며, 상아질 안쪽에는 신경과 혈관이 분포되어 있다. 또 치아는 보통 턱뼈, 얼굴 형태, 교합력(씹는 힘) 등에 알맞은 형태를 가지고 적절한 위치에 배열되어 있다. 정확한 발음과 말을 하는 데에도 도움을 준다. 최근에는 미인의 기준에 가지런하고 밝은 치아도 포함되면서 교정과 미용법이 널리 알려져 있다.

특히 치아는 턱뼈에 연결되고 잇몸으로 지탱되어 저작기능(음식물을 씹는 기능)을 하는데 잇몸과 치아 사이는 미세한 틈이 있어 세균이 활발하게 활동을 하는 원인이 된다. 때문에 수시로 음식물을 섭취하면 양치질과 가글을 자주해도 잇몸병이 날 확률이 높아진다. 치주질환의 직접적인 원인으로 치아에 지속적으로 생성되는 플라그가 있다. 플라그는 양치질 등으로 제거되지 않으며 단단해지면서 치석이 된다. 이러한 치석이 쌓여 이와 잇몸사이를 벌어지게 하면서 염증을

일으킨다. 그리고 치주질환은 연령과도 밀접한 관련이 있는데 20세 이상의 성인 중 과반수 이상에서, 35세 이후에는 4명당 3명꼴로, 40세 이상부터는 90% 정도 가까이 크고 작은 잇몸질환을 앓게 된다.

잇몸이 빨갛게 붓고 출혈이 생기는 치주염

염증이 진행되면 치조골과 치주인대라는 치아를 지탱하는 구조가 파괴되며 치아가 흔들리기까지 한다. 더욱이 흡연을 할 경우, 단백질, 비타민 등의 영양소가 부족하거나 임신과 당뇨로 인한 호르몬에 이상이 생길 경우 치주염은 악화될 수 있다.

치은염은 잇몸의 염증으로 일반적인 염증의 증상과 같이 잇몸이 빨갛게 붓고 출혈이 발생할 수 있다. 하지만 치주염까지 진행된 경우에는 구취가 발생하고, 잇몸에서 고름이 나오는 등 저작기능의 불편이 발생한다. 간혹 증상 없이 치은염과 치주염이 진행되는 경우도 있다. 치주질환은 치아와 치주검사를 통해 치은염 또는 치주염에 대한 진단을 내리며, 방사선 검사를 실시해 치조골의 파괴 정도를 확인할 수 있다. 치료는 기본적으로 세균성 플라그와 치석을 깨끗이 제거해 세균번식환경을 개선하는 것이다. 시중에서 판매하는 먹는 잇몸 치료약은 치료에 크게 도움이 되지 않으며, 잇몸과 치아 사이에 특수 약제를 넣거나 특수한 세균을 제거하기 위해 항생제를 사용하기도 한다. 치주질환이 치조골(잇몸뼈)까지 진행돼 치석제거와 같은 일반적인 치료법으로 치료가 어렵게 되면 치주수술을 하게 된다. 국소마취하에 진행되며 잇몸을 열어 치아의 뿌리를 확인하면서 치료를 하게 된다.

치주질환의 예방은 올바른 양치질에 달려있다. 하지만 양치만으로는 완전하지 못하므로 치석제거를 위한 정기적인 스케일링이 필요하다. 치아미백의 효과를 얻기 위해 스케일링을 하는 것은 아니지만 니코틴이나 색소가 제거되므로 미백이 어느 정도 가능하다. 보통 6개월을 주기로 스케일링을 하는 것이 바람직하며 침착물이나 치석의 생성이 많다면 3개월 주기로도 한다. 치과질환은 서서히 진행되는 것이 일반적이므로 평소 치아건강에 관심을 갖고 관리에 노력을 기울이면 건강하고 아름다운 치아를 오랫동안 유지할 수 있다. 6