

臨床齒科醫와 國民口腔保健管理

서울대학교 齒科大學 豫防齒科學敎室

金 鍾 培

口腔保健學을 專攻으로 하는 사람의 最終目標은 自己自身과 同僚 齒科醫의 存在價値를 消滅시키는 것이라고 하겠다. 口腔疾患이 完全히 豫防된다고 하면 口腔疾患을 豫防하기 爲한 研究가 더 以上 要求되지않을 것이고, 齒科醫가 存在할 何等의 理由도 없어질 것이 豫想되기 때문이다. 그러나 실제로는 이러한 目標가 하루라도 빨리 실현되도록 舍心 勞力할 때 우리는 轉業이 아니라 最端期間內에 더 잘 살 수 있게 될 것이다.

逆說의인 것 같으나 人類文化가 發達됨에 따라 過去에 比하여 오늘날 人間이 실현할 수 있는 可能性은 增大되면서도 解決하기 어려운 여러가지 複雜한 問題가 續出되는 것과 마찬가지로 口腔疾患과 관련된 어떤 問題가 해결된다 하더라도 또다른 問題가 계속 發生되어 결과적으로 口腔疾患의 絶對的 豫防이란 도달할 수 없는 理想이라고 생각되며, 理想이란 元來 人間에게는 없을 수 없는 것이면서도 도달할 수 없는 目標이나 역사적으로 볼 때 훌륭한 理想을 실현하고자 한 사람들은 잘 살게 되었기 때문이다.

口腔疾患의 絶對的 豫防에 目標를 두고 完全한 國民口腔保健管理를 爲한 研究와 함께 적극적인 啓蒙을 하고, 口腔疾患의 豫防事業을 과감하게 전개하므로써 우리는 잘 살게 되리라고 생각하는 것이다.

그러나 國民 口腔保健管理를 爲한 적극적인 啓蒙과 과감한 豫防事業이란 口腔保健行政家와 口腔保健學을 專攻으로 하는 몇몇 사람에게만 의존하기에는 너무나 莫大한 것이고, 더구나 우리나라의 現實情은 集團口腔保健管理事業을 전개하는 데에 해결할 수 없는 현실적 제약이 지극히 많다. 國民 口腔保健管理事業을 爲한 可用人的資源의 부족을 爲始하여 非合理的인 口腔保健行政組織, 傳統的 習慣이라든가 經濟社會의 제약등 허다한 난관이 증첩되어 있다. 이러한 여건을 감안해 볼때 특히 우리나라에서는 口腔保健啓蒙과 口腔疾患의 豫防事業에 보다 많은 臨床齒科醫의 적극적인 참여가 要求

된다. 元來 個人을 對象으로 하는 口腔保健管理에 比하여 國家權力이나 行政力과 組織을 利用한 集團口腔保健管理의 성과가 크다는 것은 周知된 사실이나 個人口腔保健管理는 그 나름대로의 目的과 長點을 갖이고 있으므로 臨床齒科醫는 個個의 患者를 상대로 啓蒙과 豫防處置를 하는 것이 原則이다. 國民 口腔保健管理事業中 核心的 要素라 할 수 있는 口腔保健啓蒙에 보다 많은 臨床齒科醫의 적극적인 참여를 바라는 마음 간절하다. 啓蒙은 곧 豫防處置이고, 豫防處置가 곧 啓蒙이다.

齒科臨床에서 할 수 있는 豫防處置로서는 弗化物의 局所塗布를 爲始하여 칫솔使用法의 敎習, 齒牙齶蝕活性試驗, 營養相談 및 指導, 患者敎育, 繼續管理等으로 大別할 수 있다.

弗化物의 局所塗布나 칫솔使用法의 敎習은 잘 알려진 豫防處置로서 그 效果가 比較的 현저하여 患者의 이익을 위해서나 啓蒙의 目的으로 자신있게 추천할 수 있는 技術이다. 그 外의 齒牙齶蝕活性試驗이나 營養相談 및 指導같은 것은 아직 잘 알려진 것이 아니고 연구될 점이 많이 있으면서도 진실적으로 신중히 검토하며 시행한다면 口腔疾患을 豫防管理하는데 많은 보탬이 되리라고 사료된다. 어떠한 技術이든 간에 豫防處置란 口腔保健을 向上시키기 위하여 우리의 知識과 숙련된 技術을 최대한으로 善用하며, 患者와의 人間관계를 개선하여 환자로 하여금 좀더 적극적으로 그 자신의 口腔保健을 관리하도록 動機를 誘發시키는 것이라고 할 수 있다.

弗化物의 局所塗布

齒牙喪失의 原因疾患은 齒牙齶蝕症과 齒周組織疾患으로 大別할 수 있는 바, 其中 齒牙齶蝕症의 豫防法으로서 弗化物을 이용하는 방법이 가장 확실한 방법이라는 것은 周知된 사실이다.

알려진 바에 의하면 弗化소—다를 局所塗布하면 약40% 정도의 齶蝕豫防效果를 얻을 수 있고, 弗化錫을 塗布

할 경우는 약 60%의 齶蝕症이 豫防되며, 최근에 창안된 Multiple Stannous Fluoride Therapy로는 90%까지 豫防이 가능하다고 한다. 國民 口腔保健管理上 중요한 시술이라 하겠다.

치솔使用法の 敎習

Glickman이 1965년 20세 이상의 미국성인 1,434명을 對象으로 조사한 결과를 보면 口腔衛生狀態와 齒周組織疾患과의 관련성을 알고 있는 사람은 14%밖에 沒되었 으며, 실제로 齒齶炎을 豫防 管理한다는 뚜렷한 目的意識下에서 齒솔을 사용하는 사람은 불과 5%에 한정되어 있었다 한다. 이와 마찬가지로 우리 國民中에도 상당히 많은 사람들이 toothbrushing을 하고 있으면서도 toothbrushing을 해야하는 이유를 아는 사람은 그리 많지 않으리라 생각한다. 더구나 口腔疾患을 豫防 管理한다는 目的하에서 toothbrushing을 하는 사람은 더욱 적다고 여겨진다. 어떤 일을 할 때 뚜렷한 目的意識을 갖이고 할 때와 막연히 할 때 나타나는 結果가 현저히 다른 것과 마찬가지로 toothbrushing의 경우도 명확한 目的意識下에서 할 때 口腔疾患의 豫防과 管理效果는 더욱 증대된다 하겠다. Toothbrushing에 의한 口腔疾患의 豫防과 管理效果에 대한 좀더 적극적인 啓蒙이 요구된다.

Toothbrushing은 口腔을 청결히 유지하고, 齒牙齶蝕症과 齒周組織疾患을 豫防管理하며, 口腔內 氣分을 상쾌하게 하고, 審美的 效果를 얻기 위하여 한다고 하겠으나, 그중에서도 齒牙齶蝕症과 齒周組織疾患을 豫防管理하기 위하여 toothbrushing을 해야 한다는 목적이 특히 강조되어야 한다. 審美도 중요하고 氣分도 무시할 수는 없겠으나 齒牙硬組織이나 齒周組織은 일단 파괴되면 회복시키기가 어렵고 齒牙齶蝕症과 齒周組織疾患은 自然齒牙의 수명을 단축시키는 가장 主된 原因疾患이며, 그 豫防法中 가장 基本的이고 비교적 효과적인 방법은 亦是 toothbrushing이기 때문이다.

齒牙齶蝕症의 發生機傳에 대하여는 Miller의 化學細菌說과 Gottlieb의 蛋白溶解說과 Schatz와 Martin의 蛋白溶解性 Chelation說이 가장 有力한 學說이며, 이 중 어느 學說에 立脚하여 齶蝕症을 豫防管理하더라도 口腔內環境을 청결히 유지시키는 것이 가장 基本的이며 效果的인 것이다.

齒周組織疾患은 局所의 原因要素와 全身의 原因要素가 함께 작용하므로써 비로써 誘發된다고 하나, 局所의 原因要素만을 제거하더라도 疾患의 發病과 進行은 반드시 지연 또는 경지되며, 治癒되기도 한다. 그리고 局所의 原因要素中에서는 不良한 口腔衛生狀態가 가장 큰

原因要素이므로 toothbrushing을 철저히 하여 口腔衛生狀態를 향상시켜 주므로써 齒周組織疾患을 효과적으로 豫防 管理할 수 있는 것이다.

齒牙齶蝕活性試驗

齒牙齶蝕症의 存在與否나 狀態는 視診과 放射線사진을 이용하여 정확히 判定할 수 있었으나, 어떤 特定人에서 齒牙齶蝕症이 發生되는 理由에 대하여는 제대로 規明되지 못 하였었다. 그러나 個人을 대상으로 하여 齒牙齶蝕症을 效果的으로 豫防 管理하려면 환자에 따라서 特異하게 齶蝕發生에 작용하는 口腔內條件을 探知하여 제거해주지 않으면 안되는 바, 그간의 연구결과 個人에 특이한 口腔內條件을 探知할 수 있는 여러가지 試驗法이 알려졌다. 일반적으로 齒牙齶蝕發生에는 酸生産菌의 口腔內増殖 唾液의 緩衝能不足 酸의 皮膜內滯留 唾液의 高粘度 食物殘渣의 滯留 非衛生的 齒牙形態 不良한 口腔衛生狀態等の 要素가 작용하는 것으로 알려져 있으나, 이러한 諸要素가 모든 환자에서 다 일률적으로 문제시되는 것은 아니며, 여러가지 要素中 문제시되는 要素가 환자에 따라 다른 것이다. 이와 같이 환자에 따라서 특히 문제시되는 要素를 찾아내는 試驗法이 齒牙齶蝕活性試驗이다.

현재 많이 시행되고 있는 齶蝕活性試驗法은

- ① Disclosing wafer test
- ② Glucose clearance test
- ③ Plaque pH and buffering capacity
- ④ Snyder test
- ⑤ Salivary buffering capacity
- ⑥ Plaque reformation rate
- ⑦ Salivary flow determination,
- ⑧ Salivary viscosity determination등이며,

齶蝕發生에 직접적으로 작용하는 要素는 사람에 따라서 다르기 때문에 이 중 어느 한가지 試驗法에만 依存하는 것보다는 전 검사를 다하여 서로 비교하므로써 齶蝕活性을 더 정확히 평가할 수 있다고 알려져 있다. 특히 이상의 8가지 試驗은 一般 外來患者에 대하여 所要되는 시간과 경비를 최대한으로 줄이고 간단하면서도 정확히 齶蝕活性을 判定할 수 있게 간추려진 一連의 試驗法이다.

이러한 齶蝕活性試驗의 臨床的 利用價値에 대하여는 Mercer의 主張을 위시하여 數多한 연구결과가 증명해 주고 있다. Mercer는 齶蝕窩洞을 82個나 갖이고 있는 14세의 男兒에서 一連의 齶蝕活性試驗으로 齶蝕發生에 직접 영향을 미치는 要素는 唾液流出量의 감소라는 것을 탐지하고, 唾液分泌促進劑를 飲食物에 混合시켜 齶蝕症

의 新生을 완전히 豫防하므로써 齶蝕活性試驗의 臨床的 利用價值를 강조한 바 있다. 그러나 모든 사람에서 齒牙齶蝕症의 新生을 100% 豫防할 수 있는 것은 아니다. 현재로서는 약 70% 정도 豫防이 가능한 것으로 알려져 있다.

한편 齶蝕活性試驗을 하면 敎育效果도 현저히 증가된다. 一般的으로 齶蝕活性試驗을 받고 있는 환자는 家庭口腔保健管理計劃이나 敎育計劃 繼續管理計劃에 대한 반응이 대단히 좋아진다는 것이 判明되었다. 특히 시험 결과가 家庭口腔保健管理計劃과 밀접한 관계가 있다는 것을 알때 더욱 반응이 좋다고 한다. Mercer의 보고에 의하면 齒牙齶蝕症이 많이 發生되는 사람의 70% 이상이 齶蝕活性試驗에 대한 반응이 양호하였으며, 齶蝕活性試驗을 받은 全 환자에서 敎育效果가 증대되었다고 한다.

그러나 현실적으로 볼때 齒牙齶蝕活性試驗은 모든 外來患者에 대하여 일률적으로 시행할 수 있을만큼 비용이 적게 드는 것이 아니며, 환자가 납득되지 않아 할 수 없는 경우도 있다. 그러나 일단 선택된 환자에서는 시간과 비용에 비하여 더 좋은 결과를 얻을 수 있는 것이다. 齒牙齶蝕活性試驗의 對象이 되는 患者는

1. 齒牙齶蝕症이 위협적으로 많이 發生되는 사람
2. 局所義齒나 架空義齒 또는 矯正장치를 口腔內에 보유하고 있는 환자로서 진행중인 齶蝕窩洞이 있거나 齒牙齶蝕症이 頻發하였든 病歷이 있는 사람
3. 일률적인 患者敎育計劃이나 家庭口腔保健管理計劃에 반응이 나타나지 않는 사람등이다.

榮養相談 및 指導

榮養素는 個體의 成長能力을 조장시켜주고 組織이 機能을 理想的으로 유지하는데 필수적인 것이며, 齒牙齶蝕症과는 직접적인 관련성이 있으므로 各 榮養素間의 平衡을 유지시켜 口腔組織의 健康을 보존하며, 疾病의 發生을 억제하기 위하여 榮養素에 관한 相談과 指導가 필요한 것이다.

榮養相談과 指導를 하려면 榮養에 관한 基礎知識이 충분해야함은 勿論 환자와의 人間관계가 무엇보다도 중요한 것이다. 食習慣이란 元來 個人的 特性이 있으면서도 사회적 영향을 받고 있는 것이므로 서로 믿을 수 있는 人間關係하에서 건설적이고 이해깊은 충고에 의해서만이 改善될 수 있는 것이기 때문이다. 榮養指導에 있어서 성공여부는 환자를 이해하려는 努力과 환자가 이해하려고 하는 欲求에 正比例한다고 하겠다. 그러나 일반적으로 환자들은 齒科醫師의 권고를 믿고 있으므로 새로운 食習慣을 形成하는데 어느 정도는 도움이 된다

고 본다.

뿐만 아니라 이미 형성된 환자의 食習慣을 위시하여 환자가 접조하는데에 미칠 수 있는 여러가지 環境의 要因을 충분히 참작하여 개인에 적합하도록 하여야 한다. 환자가 일상 섭취하고 있는 飲食物에서 어떤 특정된 榮養素를 제거할 경우에는 그를 대신할 수 있는 다른 飲食物을 선택해 주어야 하는 바, 이는 환자의 嗜好에도 맞아야 하기 때문이다.

食習慣의 전면 改善이 요구될 때는 점진적으로 하지 않으면 안된다. 食習慣이란 一時에 急激히 變化시킬 수 있는 것이 아니며, 榮養指導의 참뜻을 환자에게 理解시키고 받아드리게 하려면 時間과 精力이 요구되는 것이다. 繼續적인 敎育과 충고로서 적당한 食習慣이 口腔組織의 健康을 유지하는 데 얼마나 중요한 가를 강조하므로써만이 成功적인 結果를 얻을 수 있는 것이다.

榮養相談을 하는 方法도 必要에 따라서는 조정될 수 있는 것이다. 환자와의 對談과 권고만으로도 食習慣이 교정되는 경우가 있으나, 때에 따라서는 食品을 구입하고 調理하는 主婦와의 意見交換이 요구될 수도 있다. 특히 兒童을 對象으로 하는 경우 父母와의 상의가 絶對로 필요한 것이다. 그러나 누구와의 對談이든 적극적인 건설적이어야 가장 큰 效果를 얻을 수 있다.

한편 齶蝕活性試驗의 경우와 마찬가지로 榮養指導를 통하여 持續적이고 誠實한 환자와의 人間관계도 수립될 수 있으며, 敎育效果도 현저히 증가될 수 있는 것이다.

榮養指導 方法은 對談에 의한 直接法과 인쇄물을 이용하는 間接法으로 大別할 수 있으나, 양자를 併用하는 것이 效果의이라고 알려져 있다. 食習慣調査用紙(Diet Survey Sheet)를 사용하는 것은 榮養指導의 뜻을 이해 시키는데에 도움이 될 뿐만 아니라, 환자에게 새로운 食習慣形成을 위한 基礎知識을 제공하는 데에도 필요한 것이다. 먼저 個人的 食習慣을 조사하여 健康維持에 좋지 않은 영향을 미치는 食品을 제거하고, 환자의 嗜好性에 따라 새롭고 유익한 食品을 선정해 주면 되는 것이다.

榮養指導는 가끔적이면 간단해야 한다. 복잡하고 급진적일수록 기준하는 식습관과 조화될 가능성은 적어지기 때문이다.

일단 榮養指導를 한 환자에 대하여는 1,2個月後에 재차 食習慣을 조사해 볼 필요가 있다. 환자가 자신의 食習慣을 다시 평가해 볼 수 있는 기회가 되는 同時에, 새로 제기될 수 있는 문제점과 의문점에 대하여 의견교환을 할 수 있는 계기가 될 수도 있기 때문이다.

患 者 敎 育

환자를 敎育시킬 필요성에 대하여는 이미 記述한 바

와 같으나, 과연 어느 정도의 교육이 요구되는가 하는 문제가 또한 고려되어야 할 것이다. 一般적으로 환자 자신이 口腔組織의 健康을 유지하기 위한 적극적 資勢를 갖추도록 動機를 誘發시킬 수 있으면 足하다고 한다. 動機를 誘發시킬 수 있는 方法은 各樣各色이라 할 수 있겠으나 그중에서도 가장 효과적인 方法은 만족스러운 豫防處置之 結果를 體驗시키는 것이다. 이와 같은 체험을 제공할 수 있는 豫防處置로서는 齒牙齶蝕活性試驗과 榮養指導가 代表인 것으로 周知되어 있다.

한편 齒科診療室內에서의 視聽覺教育도 환자에게 좋은 經驗을 제공한다고 한다. 視聽覺教育의 경험도와 환자의 反應은 정비례한다고 보고되어 있다.

그 외에도 모든 豫防處置는 다 환자에게 動機를 유발시키는 경험이 된다고 한다. 그러나 환자를 교육시키는 方法은 直接法과 間接法으로 크게 나눌 수 있다.

直接法이란 齒科醫師나 補助員이 직접 환자와 相面하여 교육을 시키는 方法을 말하며, 가장 效果의이고 장점이 많은 것이다. 다른 齒科施術과의 시간적 關係를 고려하여 造化되도록 수립된 계획에 따라 이루어져야 할 것이다. 모형이나 사진 또는 기타의 시청각 교육자료를 이용하면 더욱 환자의 이해를 도울 수 있을 것이다.

間接法이란 책자나 판플렛 같은 것을 통하여 환자 자신이 배우고 動機를 유발할 수 있게 하는 方法으로서 푸로젝타나 녹음이 같은 시청각 교육기구를 응접실에 비치하여 환자가 住意로 보고 배울 수 있게 한다면 더욱 效果가 기대된다고 생각한다. 外國에는 치과전용으로 제작된 자동 film strip projector가 판매되고 있다.

如何間 患者教育이란 豫防齒科分野의 核心이라고 할 수 있을 정도로 중요하면서도 신의가 두터운 人間관계 하에서만 만족할 수 있는 效果를 기대할 수 있는바, 우리 자신의 人格을 도야하고, 고매한 치과의술을 연마하면서, 성실한 태도로 임하지 않으면 안될 것이다.

환자의 口腔保健管理上으로나 經濟的으로나 繼續管

理의 필요성이 일상 要求되고 있으면서도 繼續管理가 제대로 안되는 것은 亦是 환자교육이 부족하기 때문이다.

繼 續 管 理

治療計劃을 患者에게 알릴 때나 計劃된 治療를 完了하였을 경우에는 週期的이고 規則的인 繼續管理(Recall)의 必要性을 強調하여야 한다. 不良한 齒科治療結果의 大部分은 規則的인 繼續管理를 하지 않으므로서 招來되며, 繼續管理를 철저히 하면 複雜하고 비용이 많이 드는 治療를 할 필요도 상당히 減少되는 것이다. 규칙적인 診察과 豫防處置를 받으므로 환자는 健康을 유지할 수 있으면서도 치과치료에 소요되는 비용을 結果적으로 절약할 수 있고, 치과의사는 환자를 단골 손님으로 만들어 환자의 시기적 분포와 수입을 균등히 할 수 있게 된다.

繼續處置란 다름아닌 豫防處置라는 것을 理解시킨다면 많은 환자들이 적극적으로 협조하리라고 생각한다. 계속관리를 성공적으로 할 수 있는 方法으로서는 첫째 미리 약속을 하는 方法, 둘째 전화로 注意를 再換起시키는 方法, 셋째 계속관리카드를 쓰는 方法등이 있다. 그러나 무엇보다도 중요한 것은 亦是 믿을 수 있는 人間關係인 것이다.

結 論

특히 우리나라에서는 口腔保健啓蒙과 口腔疾患의 豫防管理事業에 보다 많은 臨床齒科醫의 적극적인 참여가 要求된다는 事實을 強調하며, 齒科臨床에서 환자를 對象으로 하여 施行할 수 있는 弗化物의 局所塗布를 爲始하여 치솔使用法의 敎習 齒牙齶蝕活性試驗 榮養相談 및 指導 患者教育 繼續管理 등의 豫防處置에 대하여 간단히 記述하였다.