

잇몸에서

피가 나올때



이 만 섭

구강질환중에서 충치와 더불어 잇몸병은 치아가 빠지는 주 원인병이며 이 잇몸병은 여러가지 원인으로 발병이 되며 서서히 진행되어 최후에는 치아가 빠지는 결과를 만든다. 많은 원인중에서도 특히 치석이나 균태와 같은 치아표면에 부착하는 하얗은것이 나중에는 귀중한 치아를 희생시키는 주 원인이되리라고는 잘 생각이 안된다.

그러나 이 치석이나 균태는 입안에 있는 많은 세균들이 모여 독성물질을 만들어 내어 잇몸에 염증을 일으키기도 하고 치석의 거친 면이

이 잇몸을 자극하여 염증을 일으킨다. 이와같이 염증을 일으킨 잇몸은 붉게 혹은 검푸르게 색깔이 변하고 잇몸이 부으며 피가 나게 된다. 그후 잇몸은 치아에서 부터 분리되어 잇몸과 치아사이에 음식물 잔사들이 끼게되고 이 음식물 찌꺼기들은 부패하여 또 새로운 염증을 만들뿐 아니라 치아를 지지하고 있는 잇몸 이외에 치근막, 치조골(뼈)을 파괴하게되고 이결과 치아는 흔들리며 빠지게 된다.

이와같은 잇몸병의 시작은 10대에서나 20대에 시작이 가능하며 대개 40세 전후하여 뚜렷한 증상이 나타난다.

그 초기의 증상중에 가장 중요한 것이 바로 잇몸에서 피가 나는것이다.

대부분의 경우 치솔질을 할때나 잇쑤시개를 사용할 때, 과일을 먹을때 혹은 탄탄한 음식물을 먹을때 피가 나오곤 한다. 그러나 때때로 피가 나오지 않다가 다시 피가 나오기 때문에 그렇게 대수롭지 않게 여기게 된다.

대개의 경우 1년~2년 이런 증상이 나타나다가전혀 피가 나오지 않게되고 그 이후부터 차차 치아가 시어진다던지 입안이 텅텅하다던지 냄새가 나게되고 혹시 치아가 움직이는 것 같은 느낌이 들며 앞이와

같은 곳에 사이가 벌어지는 경우도 생긴다. 때때 잇몸에서 피가 나오는 초기에 완전한 치료를 받지 않으므로해서 여러가지 증상과 치아가 빠져나가는 무서운 결과가 오게 된다.

그 이외에도 잇몸에서 피가나는 경우는 잇몸에 외상이나 화상을 받은 다던지 갑자기 급성 괴양성 치은염같은 병에 감염되었을때도 잇몸에서 피가 나올 수 있고 전신적으로 어떤 혈액성질환이나 어떤 약을 너무 오래투여함으로써 생기는 경우도 있다. 여자의 경우 사춘기와 경도기간중에 특히 잇몸에서 피가나는예도 있으며 비타민 부족으로 인한 괴혈병등에서 올수 있다. 그러나 이 모든 경우중에서 가장 중요한 원인은 치아에 부착하는 치석균태에 의한 만성적 치은염때가 가장 흔히 볼수 있는 잇몸출혈이다.

다음과 같은 증상을 갖고 있으면 이는 잇몸병(치주질환)이 시작하여 진행되고 있는 것으로서 다음과 같은 치료와 가정요법을 시행해야겠다.

1. 치솔질을 할때나 과일을 먹을 때 피가 나지 않습니까?
2. 입에서 냄새가 나지 않습니까?
3. 잇몸이 붓거나 붉게 변하지 않습니까?

4. 잇몸사이에서 농이 나오지 않습니까?

5. 치아가 움직이던지 사이가 벌어지지 않습니까?

6. 잇몸이 내려가던지 시지 않습니까?

7. 피곤할때면 치아와 잇몸이 들뜬 기분이 드시지 않습니까?

치료와 예방

1) 정기적으로 치석을 제거해야겠다. 치과에 가면 치석제거기나 기구를 사용하여 치석과 균태를 제거후 치아면을 깨끗이 닦아준다. 특히 잇몸밑에 형성된 치석은 반듯이 제거되어야 한다. 치석제거는 보통 6개월마다 하는 것이 좋다. 치석을 제거하면 며칠간은 치아가 시고 다소 썩기가 곤란할 때도 있지만 이는 곧 낫는다. 치석이 치아를 지지한다는 생각은 잘못이며 치석면은 거칠고 세균이 많이 붙어있어 잇몸살을 자극하여 피가 나게된다.

2) 과일, 야채 등 섬유성 음식을 많이 먹는것이 좋다.

3) 좋은 치솔질법을 배워 정확한 치솔질을 해야한다. 치솔질을 잘못함으로써 치아에 마모현상이 일어나고 균태같은 것이 잘 제거가 되지 않아 잇몸에 염증을 만든다.

치솔질을 할때는 잇몸을 미치지

하고 치아면을 닦아야한다.

4) 치과에서 사용하는 명주실로 치아와 치아사이에 있는 균태나 음식물찌꺼기를 제거해야 한다.

5) 일단 잇몸에서 피가 나면 치과에 가서 정확한 원인이 무엇인지 알아 그 원인을 제거해야한다. 좋지않은 보철물도 잇몸에 염증을 일으키는 중요한 원인이 됨으로 제거해야 한다.

6) 손가락이나 가책(형접) 등을 이용하여 잇몸을 파싸지(누르든지 문지름)하여 준다.

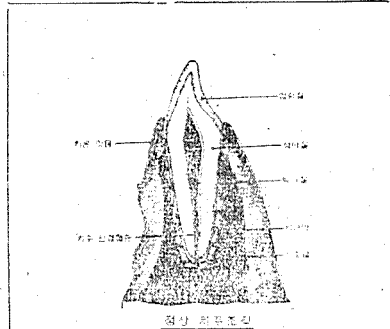
7) 혈액성질환등 전신적 질환으로 오는 출혈은 내과의사의 협조와 치료가 필요하다.

8) 잇몸에서 피가나면 비타민 C 부족으로 알고 약방에서 많은양을 사서 먹는 사람을 보는데 실제로비타민 부족으로 오는 괴혈병환자는 정상적인 생활을하며 신선한 야채등을 먹는 한국 사람에게는 거의없다. 고로 잇몸에서 피가나는 것이 비타민 부족으로 오는것으로 생각하는 것은 잘못이며 비타민 "C"부족으로 잇몸에서 피가난다고 생각이 되면 내과의사나 치과의사에게 반듯이 진단을 받은 후에 비타민제제를 먹는것이 좋다.

9) 임신중에 잇몸에서 피가 나는 분은 해산할때까지 기다리지 말고 치과에 가서 치석과 균태를 제거하

고 치솔질을 배워 자주 이를 닦는 것이 필요하다. 해산후에 다소 잇몸에서 피가 나는 것이 경감이 되나 이것은 완전히 나은 것이 아니고 서서히 잇몸과 주위조직을 파괴하여 애기 2-3명을 낳은후부터 치아를 빼게 되는 결과가 온다. 고로 임신중이나 해산후에라도 철저히 원인을 제거하여 병의 재발을 방지해야한다.

<필자=경희치대 치주과장·의박>



풍치의 원인

풍치의 원인은 치아 표면에 부착하는 치석, 세균막 등 단단하고 세균으로 된 물질에 의해 잇몸에 염증을 만들어 치조골(치아 주위의 뼈)을 파괴합니다.

특히 영양장애, 임신, 당뇨병 등 내분비선의 이상이 있을 때 치주 질환은 더욱 악화 됩니다.