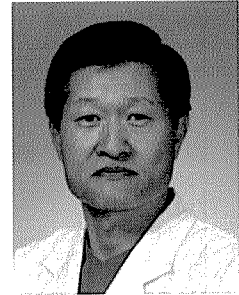


치주질환, 혈당조절과 정기검진이 중요하다



이만구 / 경북삼성병원 치과

당뇨병환자들은 당뇨병에 대해서는 많은 지식과 상식이 있겠으나 치주질환에 대해서는 잘 모르는 환자들도 많다. 먼저 치주염에 대한 설명으로 치주질환을 알아보자.



깨끗한 칫솔질과 치실사용이 치주질환을 예방한다.

치주염, 음식물찌꺼기가 주원인

치주염의 주 원인은 우리가 먹는 음식물찌꺼기이다. 아주 미세한 음식물 찌꺼기는 우리 입 안에서 세균집단(plaque)이 된다. 이 세균들이 잇몸을 자극하여 잇몸에 염증을 일으키는데 염증이 생기면 잇몸색이 선홍색으로 변하고 붓고 피가 잘 나게 된다. 이런 초기증상은 정확한 칫솔질로서 치유가 된다.

초기증상을 방치하면 잇몸염증이 진행되어 심부조직 즉 치아주위 조직뼈(치조골)를 녹여서

치아가 흔들리고 잇몸이 붓고 농양이 생기고 더욱 심해지면 치아가 빠질 수도 있다.

치주염은 자각증상이 거의 없으므로 치주염이 상당히 진행된 다음 증상을 느끼게 된다. 잇몸에 염증이 생기면 칫솔질 때 피가 잘 나는데 피가 난다는 이유로 환자들이 부드러운 칫솔을 사용하며, 대충 칫솔질하는 경우가 많다. 이렇게 되면 치주염의 원인인 음식물 찌꺼기가 제거되지 않고 오히려 축적되어 염증이 더욱 악화, 심화가 된다. 즉, 식사 후 칫솔질을 하지 않는 것과 같은 상황이다. 칫솔질과 정기적인 치과검진이 당뇨병환자와 일반인에게 제일 중요한 일이다.

당뇨병과 치주질환

혈당조절이 잘되는 당뇨병환자인 경우 일반적인 경우의 다른 특별한 고려사항이 없다. 조절이 잘 되지 않는 당뇨병인 경우는 입술건조, 균열현상, 작열감, 타액분비감소 등 증상이 나타날 수 있다. 이런 변화는 당뇨병에서만 특이하게 나타나는 것이 아니므로 당뇨병성 구내염이라고 할 수 없다. 또 조직변화, 치주농양 형성, 치주조직 파괴, 치은증식 등 몇 가지 증상이 나타날 수 있다. 당뇨병자체가 치주염을

일으키지는 않으나 진행 중인 치주염인 경우 조직파괴를 촉진, 심화시키고 치유과정을 지연시키는 요인이 된다. 또 덜한 치주농양이 다발적으로 자주 발생할 수 있는 요인이 된다. 예방관리 측면에서 칫솔선택과 칫솔질 방법이 아주 중요하다. 부드러운 빗자루로 먼지를 쓸어낼 수 없듯이 부드러운 칫솔로 미세한 음식

물 찌꺼기를 제거할 수 없다. 어느 정도 단단한 느낌이 있는 칫솔이어야 음식물 찌꺼기를 제거하고 잇몸을 자극할 수 있으며 피가 나면 피나는 곳을 더 잘 닦아야 한다. 입안 전체를 닦는다고 생각하지 말고 치아 하나하나 정성껏 닦는 태도로 칫솔질을 해야 하는데, 무엇보다 정기적인 치과검진이 중요하다.

치주질환이란 무엇인가?

치주질환은 흔히 잇몸질환, 풍치라고 이야기되었던 질환으로 잇몸 뼈가 녹아 이가 흔들려 빠지는 질환이다. '치주'라는 말은 치아주위 조직이라는 의미로 치주질환이라는 것은 치아를 지지하는 조직인 치조골(잇몸뼈) 및 주위연조직의 세균성 질환을 의미한다. 치료하지 않고 방치한다면 치아를 잃게 된다.

치주질환의 원인

치주질환의 주요원인은 세균성 침착물로서 치아표면에 붙어있는데 이를 플라그라고 한다. 이 세균성 플라그는 끈적끈적하며 무색인데, 플라그를 깨끗하게 제거해 내면 예방이 가능하다.

예방법

칫솔질을 올바른 방법으로 꼼꼼하게 하고 최소한 1년에 한 번은 치과역사의 검사를 받고 치석제거를 포함한 전문가의 세정을 받는다. 플라그는 특수한 약제로 염색하지 않는 한 눈으로 보이지는 않는다. 치과에 가면 약제로 플라그가 어디에 주로 남아있는지, 칫솔질 방법에 무슨 문제가 있는지 알려준다.

치주질환에 걸리기 쉬운 사람이 특별히 있나?

치주질환은 심각한 상태가 되기 전까지는 본인이 느낄 수 있는 증상이 나타나지 않는다. 병원방문은 30~40대가 되어서 증상을 느낀 후 오지만 10대부터 특히 칫솔질과 치실을 사용하는 것에 무관심한 사람에게 위험성이 있다. 기공은 임신이나 당뇨병 같은 전신적인 몸의 변화

나 질환 때문에 치주질환이 급속히 진행되는 경우도 있다. 흡연 또한 치주질환을 진행시키는데 한 몫 한다.

광고방송도 많이 나오는데, 잘 듣는 약은 없나?

치주치료의 근본은 세균성 플라그와 치석을 깨끗이 제거하고 세균이 좋아할 만한 환경(저지방분하고 칫솔질 안하는 치아)을 만들지 않으며 치아표면을 매끈하게 만들어서 세균이 달라붙지 못하고 미끄러져 떨어지게 만드는 것이다. 따라서 먹는 약은 도움이 크지 않는다.

특수한 살균성분을 가진 양치액을 처방하기도 하는데, 클로르헥시딘이라는 성분을 가진 약제이다. 잇몸과 치아 사이에 특수한 약제를 넣기도 하고, 때로는 잇몸의 특수한 세균들을 박멸하기 위해 먹는 항생제를 처방하는 경우도 있다. 중요한 것은 치주치료를 받고 깨끗한 상태를 유지하는 것이다. 또 플라그가 다시 생기지 못하도록 칫솔질을 깨끗이 하고 치실을 사용하는 것이 중요하다.

잇몸수술도 하나?

수술이 필요한 경우도 있다. 스케일링을 포함한 일반치주치료로는 잇몸질환이 개선되기 어려울 때, 치주질환이 진행되어서 치조골(잇몸뼈)의 흡수까지 진행되었을 때 치주수술(잇몸수술)을 시행한다. 국소마취하에 수술이 진행되므로 통증이나 불편감 등은 없다. 치주수술은 일단 잇몸을 열어 치아와 그 뿌리를 잘 보이게 한 뒤 잇몸속의 세균성 치석 등을 깨끗이 제거하고 다시 봉합하는 과정을 거친다. 필요한 경우 잇몸뼈를 좀 다듬기도 한다.

발행 : 대한치주과학회 www.kperio.org