

## P-10 치솔질후 자가검사법 시행에 따른 구강위생상태의 개선 효과

김종엽\*, 허 익, 박준봉, 이만섭, 권영혁

경희대학교 치과대학 치주과학교실

치주질환의 예방과 재발을 방지하기 위해서는 치태를 제거해야 한다. 치태억제에 있어서는 환자의 동기유발이 중요하다. 그러나 현재까지의 동기유발법은 미비하고 본인 스스로의 관리 능력이 부족하여 이에 환자 스스로 검사할 수 있는 방법의 필요성이 제기되고 있다. 이에 본 연구는 자가검사법을 고안하고 이 방법의 효과를 검증하기 위함이다.

연구대상은 경희대학교 치대병원에 치주치료를 목적으로 내원한 환자로 32명(남자 17명, 여자 15명)이고 전신질환이 없는 건강한 사람으로 보철물이 없으며 이들의 연령 분포는 25세에서 52세로 평균 연령은 35.9세 였다. 32명중 대조군과 실험군은 무작위로 16명씩 선정했다. 실험전후에 모든 환자에서 치태지수와 치은지수를 측정하였다. 대조군은 치솔질 교육을 5분동안 변형바스씨법으로 하고, 실험군은 2분 30초동안 변형바스씨법으로 치솔질을 한 후 동시에 자가검사법을 시행했으며 총 5분은 넘지 않도록 했다.

자가검사법은 치솔질 후 환자의 혀 끝으로 상악 중절치의 치면을 접촉하여 평활도를 감지하고 상악 좌우 구치부의 협면에도 접촉하여 평활도를 비교하였다. 그 후 다시 상악 중절치 순면을 재접촉하여 평활도를 재감지하고 하악 좌우 구치부 설면을 접촉하여 평활도를 비교한 후 상악 중절치 순면과 동일한 감각이 느껴질 때까지 치솔질을 하도록 했다. 그 후 치석제거술과 치근면활택술을 시행한 후 1, 2, 4주에 치태지수와 치은지수를 측정했다.

실험 결과 치태지수와 치은지수 모두 실험군과 대조군의 Baseline을 기준으로 한 1, 2, 4주의 비교시 실험군에서 1주, 2주, 4주는 Baseline과 비교시 유의성 있는 감소를 보였으며( $p < 0.05$ ) 대조군에서도 1주, 2주, 4주는 Baseline과 비교시 역시 유의성 있는 감소를 보였다( $p < 0.05$ ). 실험군과 대조군의 Baseline, 1, 2, 4주간의 비교시 Baseline과 1주는 유의성 있는 차이를 보이지 않았으며 2주와 4주는 실험군이 대조군에 비해 유의성 있는 감소를 보였다( $p < 0.05$ ). 실험개시후 1주에서 가장 낮았으며 시간이 경과함에 따라 증가함을 보였다.

결과적으로 치솔질후 혀끝으로 치면의 평활도를 감지, 비교하여 추가 치솔질의 필요성을 스스로 판정하는 자가검사법은 환자의 구강위생관리에 있어 동기유발의 효과가 있음을 확인하였으며 반복적인 치솔질 교육이 필요함을 유추할 수 있다.

변형바스씨법으로 치솔질을 한 대조군과 변형바스씨법과 자가검사법으로 치솔질을 한 실험군에서 구강위생상태를 평가하여 각각의 임상지수를 비교한 결과 자가검사법을 임상에서 응용한다면 구강위생에 대한 건강유지에 효과가 좋다는 결론을 얻었다.