

입에서 나는 냄새

입에서 고약한 냄새가 나는 것만큼 신경을 건드리는 것도 없다. 이같은 일은 여성의 경우 특히 더하다. 입에서 냄새가 나는 원인은 크게 전신적인 것과 국소적인 것으로 나누어 생각할 수 있다.

전신적인 것은 기관지염, 기도염을 비롯해서 위와 장계통의 궤양과 압통이 원인이 되고 국소적인 것은 잇몸병, 충치에 음식물이 들어가 썩을 때, 해농은 이가 맞지 않아 그 사이로 음식물이 끼어들어가 썩는다든지 혈액순환을 방해해서 잇몸병을 일으켰을 때, 이가 고르지 않아 이를 깨끗이 닦아낼 수 없을 때가 중요한 원인이 된다.

그러나 소화불량 발열과 같은 전신 증세 없이 입에서 냄새가 나는 것은 대부분 국소적인 것, 즉 입안의 질환이 원인이 된다. 다시 말해서 이를 중심으로 한 주위 조직 즉 잇몸뼈(齒槽骨)와 잇몸에 이상이 있을 때 나타난다.

이중 가장 흔한 것은 잇몸병이다. 잇몸병은 주로 이와 잇몸사이에 끼는 이(齒石)이 주요 원인이 된다. 이뿔은 눈사람과 같이 조그만 덩어리가 자꾸 커져 큰 덩어리가 된다. 이뿔이 이렇게 차차 커지면 잇몸을 억눌러 혈액순환을 방해하고 이때문에 그부위의 잇몸이 썩기 시작한다. 이때 고약한 냄새가 풍기게 된다. 이런 경우엔 잇몸에서 고름이 나오거나 칫솔질을 할 때 출혈이 잘된다. 환절기와 몸이 피로할 때 이같은 증세가 뚜렷해진다.

따라서 잇몸병이 있는 사람은 피로하면 입에서 고약한 냄새를 더욱 심

하게 풍기게 된다. 심하면 잇몸뼈가 흡수되어 버리는 현상이 일어나므로 초기에 치료를 해야한다. 잇몸병에서 가장 중요한 것은 이뿔을 미리미리 빼내주는 일이다. 충치에 음식물이 끼어 들어가 썩는 것은 충치를 치료하는 일이 중요하다. 그리고 이는 태아(胎兒)때부터 이루어지기 시작하는 것이므로 임부는 충분한 영양을 섭취하고 태어난 아기는 적어도 2살때부터 이닦는 습관을 붙여주는 일이 충치예방을 위해 중요하다.

해농은 이가 맞지 않을 때도 이뿔이 잇몸의 혈액순환을 방해하듯 같은 결과를 낳을 수 있다. 해농은 이 부위의 잇몸에 고름이 나온 다든지 출혈이 되면 전문의의 검진을 받아야 한다.

또한 사랑니 안쪽으로 음식물이 밀려 들어가 음식물이 썩어 냄새가 나는 때도 있다. 특히 사랑니 안쪽은 이를 닦을 때 소홀히 할 수 있어 이같은 경우가 흔히 일어난다. 이 때문에 사랑니가 다른 이보다 쉽게 상하며 상한 사랑니는 다시 이웃해 있는 어금니를 손상시키기도 한다. 사랑니는 음식물을 씹는 작용이 없는 것이므로 진단을 해서 부작용만을 가져다 주는 것이면 빼어 버리는 것이 좋다.

한편 아무런 병이 없어도 아침에 일어나면 누구나 조금씩은 입안에서 냄새가 난다. 이것은 입안에 음식물이 소화가 될 때 나온 탄산「가스」가 차있는데 있다. 입으로 심호흡을 몇번 한 다든지 칫솔질을 하면 냄새가 없어진다.