

# 당뇨병환자의 치과 질환 및 치료



김 정 혜

삼성서울병원 치주과 전문의

치아가 부실하여 잘 씹지 못하면 소화기에까지 부담을 주어 위장관계까지 나빠질 수 있으므로 당뇨병의 경우 치아의 건강도 함께 조절해야 한다.

**당**뇨병과 함께 빈번히 나타나는 질환 중의 하나가 치과 질환이다. 당뇨로 인하여 식사 조절을 위해 아침부터 저녁까지 여러 가지 식단을 준비하고 많은 노력을 기울인다. 그런데 정작 치아가 부실하여 잘 씹지 못하면 소화기에까지 부담을 주어 위장관계까지 나빠질 수 있으므로 당뇨병의 경우 치아의 건강 또한 반드시 함께 조절해야 한다. 당뇨로 인해 식사를 조절해야 하고 과거에 좋아하던 음식을 다 먹을 수 없는 것도 불편한데 잇몸이 붓고 고름이 나며 아프기까지 하니 더욱 힘든 것이 당뇨병인 듯 하다. 이러한 어려움을 없애기 위해 당뇨병환자에

서 나타날 수 있는 구강내 질환을 알아 보고, 그의 치료법에 대해 알아 보는 것이 도움이 되리라 생각된다.

## ■ 구강영역의 합병증

당뇨병환자에서 눈에 띄는 증상 중의 하나가 목이 말라 물을 많이 마시고 소변도 자주 보게 되는 것이다. 이는 침의 분비가 줄어들게 되므로 입안이 마르고 혀가 찌릿 찌릿하는 작열감을 동반한다. 이러한 구강 건조증이 있는 경우 특히 치아우식증(충치)의 빈도가 높아지게 된다. 충치는 구강내 세

균이 치아면에 잔류하여 산을 만들어 치아에 벌레먹은 것처럼 구멍이 생기는 것을 말한다. 충치가 오래되어서 치료 시기를 놓치면 치아 내의 신경에까지 세균 감염이 진행되어 치수(치신경)에까지 염증을 일으키게 된다. 이러한 경우는 충치 치료만으로는 낫지 않으므로 치신경 치료를 받아야 한다.

잇몸에 염증 및 고름이 생기는 등 풍치(치주염)는 일반인에서 보다 더 많이 나타나며 그 정도도 더 심하게 된다. 잇몸 질환은 잇몸이 붓고 잇몸에서 피가 나며 찬물, 더운물에 시리고 우리하게 아픈 증상 등이 나타나게 된다.

특히 당뇨병의 경우에는 다발적으로 잇몸이 붓고 고름이 나며 이가 흔들리는 증상들이 나타나게 된다. 일반인에 비해 진행이 빠르고 다발적으로 나타나는 이유는 혈관벽의 대사 장애로 산소 및 영양분의 공급이 원활하게 이루어지지 않아 세균에 대한 저항이 떨어질 뿐 아니라 창상의 치유가 더디게 되며, 구강내 살고 있는 세균 중 독성이 많은 세균이 더욱 빠르게 증가되어 잇몸의 염증과 잇몸뼈의 파괴가 급속하게 진행되기 때문이다. 구강내 곰팡이에 의한 감염도 쉽게 발생하여 혀에 백태가 생기는 칸디다증 등이 발생하기도 한다. 이와 같이 2대 치과 질환이라 하는 충치와 치주 질환이 더욱 빈발할 수 있으므로 정기적인 치과 검진과 치료가 반드시 필요하다.

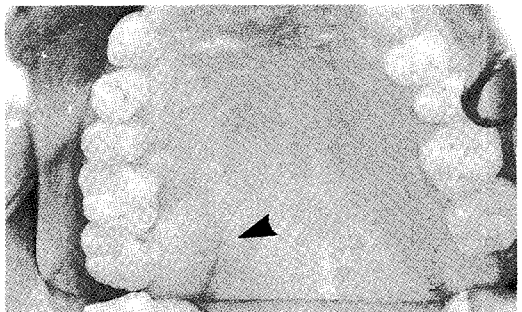
### ■ 치과 질환의 치료

충치는 일반적으로 단 음식을 먹게 되면

통증이 발생하며, 찬물, 더운물에도 민감한 반응을 보이게 된다. 이러한 증상이 충치로 판정되면 치료는 충치가 생긴 부위를 제거해 내고 금이나 아말감, 치아색과 같은 레진 또 어금니쪽에는 최근에 개발되고 있는 도재를 깎아서 제거해낸 부위에 채워넣게 된다. 충치는 구강내 살고 있는 세균에 의해서 발생되므로 프라그가 생기지 않도록 정확한 방법으로 칫솔질을 하는 것이 무엇보다 중요하다. 구강 건조증이 있는 경우에는 충치가 더욱 발생하기 쉽다. 따라서 물병에 물을 가지고 다니면서 입안을 자주 헹구어주는 것이 도움이 되며, 정기적인 치과 검진과 함께 부가적으로 불소양치용액을 사용하는 것도 좋다. 충치가 심한 경우에는 불소젤을 구강내에 장착하는 스텐트를 사용할 수도 있다.

잇몸 질환의 치료는 원인이 되는 세균을 기계적으로 제거하는 스케일링과 치주소파술이 있으며, 동시에 항생제를 처방하여 독성이 강한 세균을 제거하는 것이 필요하다. 잇몸뼈가 많이 파괴된 경우에는 치주 수술이 필요할 수도 있다. 치주 수술은 이미 파괴되어 불규칙하게 녹아내린 잇몸뼈를 다듬

**[그림1]** 고름이 나고 잇몸이 부은 상태



거나, 잇몸뼈를 이식하는 시술로 잇몸과 잇몸뼈가 일정하게 유지될 수 있도록 만들어 주는 것이다. 치주 수술은 1~2시간 정도 소요되므로 치과 진료 예약을 가능한 아침으로 하고, 식사 시간이 늦어지지 않도록 식사 시간을 조절하는 것이 필요하다.

이러한 치료와 함께 가장 중요한 것은 칫솔질이다. 충치와 치주 질환을 일으키는 주원인은 구강내 세균이므로 구강내 세균을 효과적으로 제거하면 치료의 반 이상은 시작된 것이나 다름이 없다. 많은 환자분들은 칫솔질을 열심히 한다고 하나 실제로 살펴 보면 효과적으로 제거되지 못한 경우가 대부분이다.

따라서 치과의사나 치과위생사의 도움을 받아 정확하고 효과적인 칫솔질이 되도록 하는 것이 필요하다.

무엇보다도 치아 건강은 정기적인 구강 검진과 치료를 통해 유지될 수 있다. 구강내에는 누구나 수억 마리 이상의 세균이 살고 있으며, 이들은 쉽게 치아와 잇몸에 충치 및 염증을 일으키게 된다.

우리가 열심히 칫솔질로 이러한 세균을 제거한다고 하나 실제 잘 제거되지 않는 부분도 있고, 구조적으로 제거가 어려운 부분도 있다. 이러한 부분은 전문적인 관리가 필요하게 된다.

특히 당뇨의 경우 세균에 대한 저항성이 떨어지고 창상의 치유가 더디므로 질환이 발생하기 전 예방하고 조기에 치료하는 것이 무엇보다도 중요하다. 정기적인 내과 검진과 함께 정기적인 치과 검진은 구강 건강을 위한 필수 조건이라 하겠다.

## ■치과 진료시 유의할 점

첫째, 치과 진료는 심리적으로나 정신적으로 긴장감을 주게 되므로 체내에 인슐린 요구량이 증가하는 과혈당증(즉, 당뇨병성 혼수)에 빠질 수 있다. 따라서 치과 진료에 대한 두려움을 없애고 편안한 마음으로 진료를 받도록 하는 자세가 필요하다.

둘째, 치과 진료에 따라 식사 시간이 지연되거나 식사를 거르게 되면 저혈당의 위험이 있게 된다. 진료는 가능한 오전으로 약속을 하도록 하고 진료를 받으러 오는 날에는 식사를 거르지 않고 평상시와 같은 정량의 식사를 하도록 하며, 약속 1시간 30분 정도에 인슐린주사와 식사를 하는 것이 좋다.

셋째, 광범위한 치과 치료 후에는 저작에 어려움이 있을 수 있으므로 유동식이나 반유동식의 대체 음식을 담당의사나 영양사와 미리 상담하는 것이 좋다. 혈당이 조절되지 않은 당뇨병환자에서는 감염이 쉽게 발생하여 발치나 잇몸 수술 후 구강내 감염의 기회가 더욱 많아지게 된다.

나의 건강은 어떤 것보다도 바꿀 수 없는 귀중한 보물이다. 구강 건강은 전신 건강을 지켜주는 파수꾼이다. 따라서 정기적인 구강 검진 그리고 올바른 칫솔질, 바른 식생활을 통해 치아 및 잇몸의 건강을 바르게 유지하는 것이 필요하다.

매일 매일 우리가 하는 칫솔질에 조금의 정성만 더 보태어진다면 건강한 잇몸과 치아를 유지할 수 있다. **DAK**