

## 악관절 질환

최근 악관절(턱관절)의 불쾌증상을 호소하는 분이 많아졌습니다.

악관절이라고 하면 조금 생소한 용어지만 그림에서 보는 것처럼 아래턱과 두개골이 만나서 형성되는 관절부위를 이르는 말입니다. 턱은 미묘하게 맞물린 형태와 복잡한 기능을 가지고 있습니다. 여기에 구강 내의 치은(잇몸), 관절 신경이 집중되어 교합(이의 맞물림)과 다양한 턱운동을 하고 있는 것입니다.

악관절의 불쾌증상은 매우 다양합니다.

예를 들면, 턱이 생각대로 움직이지 않고 음식을 씹는데 고통스럽거나 입을 벌리거나 움직일 때 이상한 소리가 납니다. 또한 악관절부위(귀 주변의)에서 통증이 느껴지고 입을 벌리기 힘들기도 합니다. 때로는 ‘턱이 빠졌다’ 하여 입을 아예 벌리지 못하거나 반대로 벌린 입을 다물지 못하게 되기도 하구요.

이렇듯 매우 광범위하여 어떤 사람에게는 가벼운 증상, 어떤 사람에게는 도저히 참을 수 없는 심한 통증까지 개인차도 매우 심한 것이 특징입니다.

그렇다면 왜 이런 악관절증이 일어나게 되는 것인지 살펴보겠습니다.

이 질환의 원인은 매우 다양합니다. 스트레스, 이 같이 같은 나쁜 습관, 부정교합, 외상, 입을 많이 벌리는 치과진료, 과도한 운동, 어금니의 상실(사진1), 딱딱하고 질긴 음식을 많이 섭취하는 경우 등이 이런 원인이 되며 복합적으로 어우러져

딱히 한 가지만을 골라내기 힘든 경우도 많습니다.

위에서 열거한 여러 가지 원인 요인에 의해 악관절에 부담이 가게 되면 관절 내부의 구조에 이상이 생기기도 합니다. 아래턱은 뼈 하나로 이루어져 있고 관절원판(디스크)을 사이에 두고 두개골과 접하고 있는데 이 관절원판이 제자리를 지키지 못하고 전방으로 이동하거나 구멍이 뚫리는 등 이상이 생기면 문제가 발생하는 것입니다. 또한 전신적인 퇴행성 관절질환이나, 류마티드 관절염, 통풍, 건선 등의 질환이 있어도 악관절에 좋지 않은 영향을 미칠 수 있습니다.

악관절 질환을 정확하게 진단하기 위해서는 횡두개 방사선 촬영, 컴퓨터 단층촬영(CT), 자기공명촬영(MRI) 등이 필요하기도 합니다.

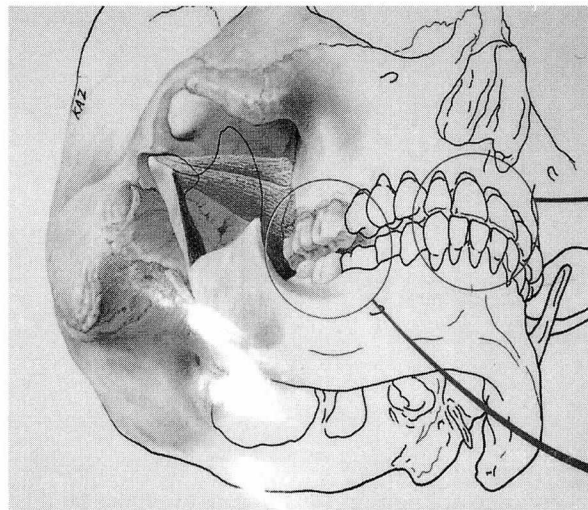


그림. 악관절의 해부학적 모식도



사진 1. 어금니 결손으로 악관절 질환이 온 경우

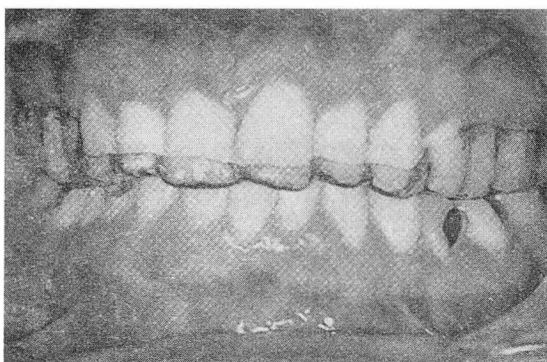


사진 2. 악관절 스플린트를 장착한 모습

그럼 이러한 악관절질환을 어떻게 치료해야 할까요?

대부분의 경우는 단순한 근육통인 초기단계 장애이므로 딱딱한 음식을 씹는 것, 상추쌈 등 큰 부피의 음식을 삼키거나 하품, 노래 부르는 것 등 악관절이나 저작근의 과도한 긴장을 가져오는 것을 삼가고 죽과 같은 유동식과 원인 및 증상에 따른 찬물이나 더운물 찜질 등으로 1-2주일 동안 안정시켜 주면 해소가 됩니다.

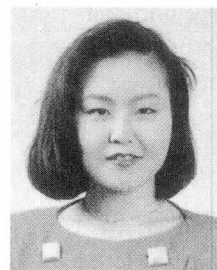
그러나, 이러한 방침을 따랐는데도 2-3주 내에 개선이 되지 않는다면 근육성 문제가 아닌 악관절 내부에 구조적 이상이 생긴 것을 의심해야 되며 관절에서 소리가 나거나, 하악통이나, 측두부 두통 등의 증상이 수반될 수 있습니다. 이처럼 병이 어느 정도 이상 진행이 되었을 경우는 물리치료를 동반한 교합안정장치(사진2), 하악재위치장치

료 및 약물치료를 하게 되며 심한 경우는 관절경을 이용한 외과적인 관절원판 회복술 등을 필요로 할 수 있습니다.

급성으로 온 악관절 질환은 대개 약물치료·물리치료 및 교합안정장치로 부작용이 없이 효과적으로 치료가 될 수 있지만 잘못 사용할 경우 다소의 합병증이 나타날 수 있으므로 전문의의 지시에 따르는 것이 좋겠습니다.

또 어금니 상실 등으로 이의 맞물림이 어긋난 경우에는 보철치료 등을 통해 이를 올바르게 수복해야 합니다. 이러한 악관절 질환은 바깥 기온이 낮아 조직이 위축되고 굳어지기 쉬운 요즘과 같은 날씨가 입시나 업무적인 과도한 스트레스를 받았을 때 많이 발생하는데 특히 다가오는 설날 고향길처럼 교통체증으로 인한 차내에서 오징어나 포 종류 같이 딱딱한 음식을 장시간 저작했을 때 많이 발생할 수 있으니 특히 주의를 기울이셔야 합니다.

모든 질병에서와 마찬가지로 위와 같은 악관절 질환은 초기에 정확한 진단과 치료를 받으면 비교적 간단하게 치료될 수 있지만 시기가 늦어지면 치료가 어려워지므로 증상이 나타날 때에는 주저치 말고 병원을 찾으시는 것이 현명합니다.



정 미 향

을지병원 치과진료부 교정과장