



어린이 치아건강

〈이달의 건강길라잡이〉에 관한 자세한 내용은
건강길라잡이 홈페이지 <http://healthguide.kihasa.re.kr> 에 있습니다

치아건강을 해치는 요인은 여러 가지가 있지만 가장 중요한 요인은 통상 충치라고 부르는 치아우식증이다.

우리 몸의 경조직 중 뼈와 달리 치아는 생물학적 회복능력이 없어서, 한번 손상될 경우 그 흔적이 평생에 걸쳐서 남게 된다. 치아우식증이 진행되어 눈으로 확인할 수 있을 정도로 치아가 손상되면 더 이상의 손상을 막기 위해서 아말감이나 금 또는 합성수지 등의 재료를 이용하여 손상부위를 메워 주어야 하는데 이를 충전이라고 부른다.

입안은 1년 365일 동안 습도가 매우 높게 유지되고, 뜨거운 음식과 찬 음식 등으로 인한 온도변화가 심하며, 침 속에 들어 있는 전해질 성분이 충전재료를 전기적으로 삭게 만드는 등 충전재료의 수명을 단축시키는 좋은 조건이 조성되어 있다. 즉, 한번 충전된 부위는 재료의 수명이 다함에 따라 언젠가는 다시 충전되어야 한다.

충전재료의 수명이 다함에 따라 다시 충전을 할 때에는 처음에 충전했을 때보다 더 넓은 부위를 충전하게 되고, 이에 따라

치아는 평생에 걸쳐 조금씩 조금씩 계속 손상되어 간다. 아울러, 설탕이 들어있는 음식을 매일 섭취함에 따라 치아우식증을 일으키는 세균들이 자라기 좋은 영양분이 계속 공급되게 되고, 충전물 주변에 치아우식증이 다시 발생할 수도 있다. 일단 치아우식증이 재발하면, 치아손상부위는 초기보다 훨씬 넓어지게 된다. 충전은 치아우식증을 완전히 멈추게 하는 것이 아니라, 치아우식증에 의한 치아손상의 속도를 늦추는 치료라고 보는 것이 합당하다.

장기적 관점에서 볼 때, 성인 내지는 노인이 되었을 때 건강한 치아를 유지하느냐 또는 틀니를 사용하느냐 하는 기로는 어린이 시절부터 결정된다. 어린이 시기에 발생하는 치아우식증은 장애에 틀니를 사용해야 하는 상황에 처할 첫걸음이다. 치아우식증은 치아가 처음 입 안에 나온 후 2-3년내에 가장 많이 발생한다. 왜냐하면, 처음 입 안에 나온 상태의 치아 표면은 비교적 무른 상태로서, 입 안에서 2-3년의 기간을 거치면서 점차 단단해지기 때문이다. 치아가 입 안에 나오는 시기를 감안할

때, 젓니는 만 12개월부터 36개월 사이에 가장 썩기 쉽고, 평생을 사용하게 되는 영구치는 만 6세부터 만 8세 사이에 가장 취약하다.

평생에 걸쳐서 사용하여야 하는 영구치는 입 안에 처음 나왔을 때부터 소중히 관리하여야 한다. 또한, 비록 영구치로 교체될 젓니라고 해도 치아우식증으로 인한 통증을 겪지 않고, 신체

발육에 필요한 영양소를 잘 씹어서 섭취할 수 있도록 치아우식증 예방 및 조기치료를 관심을 기울여야 한다. 특히, 치아우식증은 물론이고 청소년기부터 노년기까지 발생하게 될 치주병의 예방을 위해서는 입안을 깨끗하게 관리할 기술을 익히고 습관화하여야 하는데 이러한 습관이 길러지는 시기가 어린이 시기이므로 어린이 치아건강관리는 매우 중요하다.

우리 나라 어린이 구강건강 상태

어린이 시기의 치아건강관리가 중요함에도 불구하고, 우리 나라 어린이들의 구강건강상태는 심각하게 낮은 수준이다.

일단 치아우식증이 발생하고 나면 더 이상의 치아손상을 방지하기 위해 가능한 한 빨리 충전해 주어야 한다. 그러나, 치아우식증을 경험한 적이 있는 우리 나라 만 5세 어린이 5명 중 4명은 치료하지 않은 채

충치를 경험한 적이 있는 어린이 비율

연 령	계	남	여
5세	82.0%	77.5%	86.4%
12세	76.1%	73.4%	78.7%

자료 국민구강보건연구소 「국민구강건강조사보고」 1995

1인 평균 보유 충치수

연 령	계	남	여
5세	5.7개	5.9개	5.6개
12세	3.1개	2.9개	3.3개

자료 국민구강보건연구소 「국민구강건강조사보고」 1995.

치아우식증이 진행되도록 방치하고 있고, 이렇게 방치하는 추세는 만 12세 어린이에서도 마찬가지이다. 방치된 치아우식증은 계속 진행되어 치아속에 들어있는 혈관과 신경조직인 치수에 염증을 일으키는데, 이 정도에 이르면 보통 신경치료라고 불리는 근관치료를 하거나 이를 뽑아야 한다. 근관치료를 한 치아는 금속으로 된 인조치관으로 씌워주어야 하는데 이에 소요되는 비용도 비용이거니와 앞서 충전재료에 수명이 있었던 것처럼 인조치관도 수명이 있어서 결국 치아건강은 점차 나빠지게 된다. 비용이 부담스러워 이를 뽑은 채 보철을 하지 않으면 뽑은 이의 주위 치아가 기울어지면서 이차적인 치아우식증이나 치주병이 발생할 가능성이 높아진다.

결국 우리 나라 중학교 1학년생 4명 중 3명은 틀니사용의 길로 접어들어 있는 것이다. 卞