



## 턱관절장애의 한방 치료

이유명호/남강한의원장, 대한어한의학회 부회장

**두**통 환자 중에 턱 이상이 나 목뼈 이상 환자가 아주 많다. 그래서 진통제도 잘 듣지 않고 자주 재발하거나 단순한 두통이라고 생각하던 것들 때로는 차멀미나 어지럼증, 귀울림을 동반하는 경우도 여기에 해당한다.

또는 시력은 나쁘지 않은데 눈 주위와 안구가 빠질 듯이 아파서 여러 검사를 해봐도 원인을 잘모를 때는 한번쯤 턱관절과 목뼈 이상을 체크해야 한다.

그래서 자세히 진찰을 하면서 입도 벌렸다 닫게 해보고 소리도 들어보고 목뼈도 눌러보고 어깨도 만져보면 머리 두통과 턱관절 이상이 관계가 있다고 진단을 하는 경우가 많다.

턱은 머리앞쪽의 측두골과 아래턱이 관절로 연결되어 있어서 아래턱이 상하로 움직이며 음식을 씹고 말을 하는 중심역할을 한다. 턱관절을 TMJ라고 부르며 귀 바로 앞쪽에 있기 때문에 양손을 여기에 대고 입을 벌려보면 그 움직임을 느낄 수 있다.

우리는 느끼지 못하지만 음식을 씹을 때 자기 체중 이상의 (60~80kg) 엄청난 무게가 쏠리고 말하는데도 힘이 많이 든다.

그러므로 턱관절도 무리하면

안면근육과 함께 피로가 올 수 있다. 게다가 주위에 뇌에서 나오는 안면신경 등 중요한 신경과 혈관이 많이 지나가고 있다.

따라서 턱관절이 오랫동안 무리한 스트레스를 받으면 신경장애를 일으키고 혈관이 압박되고 주위 근육을 긴장시킨다.

그러므로 머리 부분과 안면 부위의 각종 통증과 마비, 감각장애를 일으켜 이명, 구토, 난청, 중이염, 부비강염, 목 뻣뻣함, 어깨 결림 등 심지어는 소화불량까지 서로 아무 상관없이 보이는 여러 증상이 나타난다.

또 잘못된 턱의 움직임이나 충격이 지속되면 뇌속의 깊은 곳에서 성장 호르몬이나 생식호르몬 등을 분비하는 중요한 뇌하수체에도 영향을 미칠 수 있는 것으로 추정된다. 이에 따라 턱관절을 치료했더니 불임치료가 잘 된다는 연구도 있었다.

이렇게 일반인들이 턱구조와 목뼈와 머리뼈의 구조를 이해하기 어렵지만 단순해 보이는 두통이나 다른 증상들도 따지고 보면 구조적으로 기능적으로 어긋남이나 쏠림, 뒤틀림이 없어야 된다는 것을 보여준다.

딱딱한 오징어나 오돌뼈, 누룽지를 깨물어 씹기 좋아하는 경

우가 있다. 또 한쪽 치아가 나빠서 한쪽으로부터 음식을 씹는다는 지, 발치를 하고서 해 넣지 않는 경우에도 올 수 있다. 아래턱의 발육이 나빠서 위아래 턱이 맞지 않은 경우도 있다. 하품을 마음껏 크게 해서 턱이 빠지는 경우도 있는데 습관이 되면 곤란하다.

또 성격적으로 스트레스를 많이 받고 화를 참는 사람들이 입을 꼭 다물어서 턱 긴장을 만들기도 한다. 온 몸에 있는 다른 관절, 무릎 같은데 고장나는 것은 당연하게 생각하는데 턱이라고 닳기도 하고 어긋나지 말라는 법이 어디 있는가?

한의학적으로는 머리와 몸의 옆선을 따라 담경락과 위경락, 소장경락이 흐르고 있어 턱관절장애의 이상에 견정, 구허, 무유 등 경혈들을 치료하여 좋은 효과를 보고 있다. 담경락은 스트레스와 어깨결림과 밀접한 관계가 있고 위, 소장경락 즉 소화기의 이상으로도 측두통, 어지러움 등이 나타나기 때문이다.

치아에 문제가 있을 때는 치과 영역에서 치료를 하는 한편 한방적으로는 추나요법으로 두개골과 목뼈를 교정해 주고 치료와 함께 전신적 자세 교정을 해주면 큰 효과를 볼 수 있다.