



잘못 알려진 치과상식

잇몸병(치주병)을 먹는 약으로도 고칠 수 있다?

잇몸병의 원인은 흔히 프라그(치태)라 불리는, 음식찌꺼기와 세균덩어리들입니다. 치태는 그 자체로, 또는 더 농축된 형태인 치석의 형태로 잇몸에 염증을 유발합니다.

이 치태와 치석을 제거하지 않으면 염증은 점점 커져 전 잇몸으로 퍼지게 되고, 급기야는 치아가 빠(치조골)가 아닌 연조직에 등등 떠있는 상황까지 가게 됩니다.

따라서 치주병의 예방과 치료의 방법은 치태와 치석이 형성되는 것을 방지하고, 이미 형성되어 있는 치태와 치석을 제거해 주는 것입니다. 가장 많이 사용되는 방법이 치석제거술(스케일링)입니다. 하지만 화학요법(약물)으로 치태와 치석이 제거된다는 보고는 없습니다. 다만 요즘 광고되는 잇몸약들이 치료와 동반되어 사용되면, 칼슘의 침착을 도와 치조골의 재형성에 도움을 준다는 보고가 있을 뿐입니다. 그러나 잇몸병의 원인인 프라그와 치석을 방지한 채 약을 복용하는 것은 가시가 박혔는데 가시를 뽑을 생각을 하지 않고 약만 먹는 꼴입니다. 단지 일시적인 완화 효과로 오히려 병을 방치시켜 악화시키게 될 것입니다. 특히 잇몸병은 만성병으로 치료 후에도 계속 관리하는 방법을 배우지 않으면 심증팔구는 재발되고 말 것입니다.

스케일링을 하면 치아가 약해진다?

스케일링은 치주염의 원인이 되는 치석을 제거하는 것으로서 이를 갈아내는 것이 아닙니다. 치아에 붙어있는 치석을 떼어내는 것으로 치아에는 거의 손상을 주지 않습니다. 단지 치석이 많은 환자가 스케일링을 하면 치석이 제거됨으로 해서 일시적으로 이가 시리게 되거나 치석이 제거된 이와 이 사이가 보이게 되어 이러한 불편감이 이가 약해진다는 잘못된 상식으로 된 것입니다. 조금 춥다고 벌레가 득실대는 쓰레기를 몸에 붙이고 다닐 수는 없습니다.

성인의 경우 이를 빼야 되는 원인이 충치보다 잇몸병으로 인한 경우가 훨씬 많기





때문에 잇몸병의 치료와 예방에 노력이 필요합니다. 이를 위해서 가장 기본적인 것은 정기적인 검진과 정기적인 스케일링입니다. 잇몸질환의 원인에는 여러 가지가 있지만 그 중에서 치석이 원인인 경우가 대부분입니다. 치석은 음식물 찌꺼기와 세균 덩어리가 치아와 잇몸사이에 끼어 돌처럼 단단하게 되는 것으로 잇몸과 턱뼈를 서서히 파괴하는 잇몸질환의 원인이 됩니다.

이런 잇몸질환은 몇년에 걸쳐 만성적으로 진행되기 때문에 자각증세를 거의 느끼지 못합니다. 뼈가 부러지면 정형외과에서 붙이지만 서서히 녹아 없어진 뼈는 현대의 학으로도 다시 붙일 수 없습니다. 즉 원상회복이 거의 불가능하다는 것으로 이를 예방하고 치료하기 위해서는 정기적인 치과 검진이 필수적입니다. 통계를 보면 30세 이후부터는 충치 발생률보다 풍치가 훨씬 많아 나이가 들어 틀니를 하는 사람의 90% 이상이 충치보다는 풍치가 그 원인이 되므로 유의해야 합니다.



치약은 비쌀수록 좋은 것인가?

치약은 약이 아닙니다. 정확히 말하면 이를 닦는 데 도움을 주는 세제제입니다. 그런데 치약이라고 불리워지면서 마치 치약의 선택이 이를 잘 닦는데 가장 중요한 것인 양 오해를 불러 일으키고 있습니다. 사실 잇솔질에서 제일 중요한 작용을 하는 것은 잇솔모의 기계적인 작용입니다. 치약은 잇솔이 치아 표면을 문지르면서 청소하는 데 도움을 줄 뿐입니다.

보통 치약에는 마모력을 크게하는 성분, 치아 표면을 매끄럽게 하고 광택을 내게 하는 성분, 세제 성분, 청량감을 주는 성분이나 향 등이 들어 있습니다. 또 일부 치약에서는 불소를 넣기도 하고 효소 성분이 있어 치태(플라그)를 더 부드럽게 만들기도 합니다.

잇솔질의 목적은 그 날 먹은 음식 찌꺼기와 치태(플라그)를 없애는 것이기 때문에 잇솔질을 정확한 방법으로 하는 것이 중요하지 어떤 치약을 쓰는가는 중요하지 않습니다. 단 불소는 이를 닦는 데 도움을 주는 것이 아니라 이 자체를 더 튼튼히 하는 작용을 하기 때문에 우리 나라와 같이 상수도에 불소를 넣지 않는 나라에서는 불소가 들어있는 치약을 쓰는 것이 좋습니다. 하지만 치약을 선택할 때 반드시 고려할 점이 하나 있습니다. 그것은 치약의 마모도입니다. 모든 치약은 적당량의 마모제를 사용하는데 자신의 잇솔질 빈도나 방법 등을 고려하여 적당한 마모도의 치약을 써야 합니다. 치태가 쉽게 부착되는 분들은 마모도가 높은 치약을 선택해야하는 반면 치아가 시린 사람은 마모도가 약한 치약을 사용하는 것이 좋습니다. **POP**