

# 당뇨병으로 생기는 치아우식증의 치료

## 일단 구강질환이 발생하면 초기에 치료받는다

당뇨병은 소수의 제한된 사람에게서만 발생하는 것이 아니라 인구의 많은 비율에서 발생하고 있다. 그러나 당뇨병의 관리 및 치료법이 과거에 비해 많이 향상된 만큼 당뇨병의 철저한 관리를 통해 몸의 다른 질병도 잘 관리할 필요가 있다.

### 당뇨병환자의 구강질환 특징

당뇨병환자는 결합조직이 약해져서 잇몸과 같은 연조직뿐 아니라 치조골(치아를 싸고 있는 뼈)의 경조직 모두에 질환이 잘 이환될 뿐 아니라 치유가 느리다.

#### 당뇨병환자의 구강질환 특징

- 잇몸질환이 생기기 쉽다
- 잇몸질환이 일단 생기면 진행이 빠르다
- 잇몸질환의 치유가 지연된다
- 잇몸질환으로 인해 충치가 생기기 쉽다
- 충치가 진행되어 치아 뿌리(치근)에 고름 주머니가 생기면 치료의 치유속도가 느리다
- 급성 구강감염은 당뇨병을 악화시킬 수 있다

따라서 당뇨병환자들은 특히 구강질환 예방에 힘써야 하며 일단 구강질환이 발생했다면 초기에 치료받아야 치유의 성공률이 높다.

혈당이 잘 조절되는 환자는 일반 환자와 큰

차이없이 구강질환 발생과 치료에 대한 치유가 나타난다. 그러나 혈당이 조절되지 않는 환자의 경우에는 결합조직이 약해져서 각종 구강질환에 이환될 가능성이 현저히 증가하며 치료에 대한 치유도 현저히 지연된다.

### 치아우식증이란?

치아우식증은 충치라고도 불리는데 이 질환은 제거되지 않고 치아에 붙어있던 세균막이 단단한 치질을 녹이면서 진행된다. 처음에는 치아의 가장 바깥층인 법랑질을, 그 다음에는 그 내부의 상아질을 그리고 그 다음으로는 더 깊이 들어있는 치수라고 하는 신경혈관 조직을 침범하게 된다. 이것이 계속 진행하면 치아 내부의 신경조직을 모두 죽이고 치아 뿌리의 끝에 있는 뼈 조직에 염증 주머니를 만들게 된다.

### 치아우식증의 치료 및 당뇨병환자의 예후

- 치아의 가장 바깥층인 법랑질만 충치에 이환된 경우  
충치를 제거하고 치질 대체물을 보완하는 치료를 한다. 경우에 따라서는 치질대체물을 사용하지 않고 충치만 제거하기도 한다. 이 단계에서는 아무런 증상이 나타나지 않는다.
- 다음 층인 상아질까지 충치가 이환된 경우  
치아가 찬물에 대해 시리게 느껴지는데, 이



김성교

경북대학교 치과대학 치과보존학과 교수

치아건강이 좋지 않으면 치아의 역할을 제대로 할 수 없으며 특히 씹는 운동이 제대로 되지 않으면 위장을 포함한 소화기에 영향을 주어 영양섭취에 문제가 생긴다. 그리고 치아의 문제로 심미적인 외모가 저하되어 대인관계를 꺼리게 될 수 있고 발음의 부정확성으로 의사소통이 원활하지 않을 수 있다.

때에는 충치를 제거하고 치아내부의 신경에 더 이상 해로운 자극이 가지 않게 조치한 다음 치질 대체물로 회복한다. 여기까지의 치료에는 당뇨병환자는 일반환자와 동일하게 반응한다.

- 치아내부의 신경혈관조직까지 충치가 이환된 경우  
신경치료와 치아수복치료를 받아야 하는데 염증이 많이 진행된 경우에는 당뇨병환자의 경우 치유가 지연된다. 그러나 혈당이 잘 조절된 환자에서는 별반 차이가 없다.

- 충치로 인한 염증이 치아내부로 많이 진행하여 치아뿌리 끝에 염증주머니가 생긴 경우 신경치료와 수복치료를 받아야 하는데 당뇨병환자의 경우 치유가 현저하게 지연될 수 있다. 그러나 혈당이 잘 조절된 환자에서는 큰 차이를 나타내지 않는다.

- 충치로 치아뿌리의 염증이 매우 큰 경우 발치를 하거나 치아뿌리 수술을 받아야 하는데 당뇨병환자의 경우 치유가 현저하게 지연될 수 있다. 그러나 혈당이 잘 조절된 환자에서는 조금의 차이밖에 나타나지 않는다.



▲ 치과시술중인 김성교 교수

### 치아우식증 예방을 위한 생활습관

#### 부드러운 칫솔로 오랫동안 칫솔질

칫솔질을 하는 것은 치아에 부착되어 있는 찌꺼기를 제거해 치아 및 잇몸의 건강을 유지하기 위한 것이다. 그러나 칫솔질을 잘못하게 되면 치아가 과도하게 닳게 되고 잇몸 및 치아의 보호가 잘 되지 않을 수 있다. 칫솔은 가급적이면 부드러운 것을 선택하고 칫솔질을 할 때 힘을 많이 주지 않는다. 즉, 부드러운 칫솔로 부드럽게 오랫동안 치아 구석구석을 솔솔질하는 것이다. 시간은 최소 3분 이상 칫솔질하여야 하며 잇몸이 약하거나 충치가 잘 발생하는 환자는 5분 정도 칫솔질 한다. 칫솔질 시간에 익숙하지 않는 사람은 시간을 확인하기

위해 시계를 보면서 천천히 칫솔질하는 연습을 통해 올바른 습관을 기른다.

### 치간치솔, 치실 사용

치아 사이에 틈이 생긴 경우, 풍치가 잘 생겨서 잇몸 하방에 생기는 치석으로 잇몸에 염증이 생기고 잇몸에서 피가 잘 난다. 또한 치아 사이에 음식물 찌꺼기가 잘 낀다. 이러한 상태를 예방 또는 완화하기 위해서는 칫솔 뿐 아니라 치실 또는 치간치솔을 사용해 치아 사이를 청결하게 해야 한다. 치실 또는 치간치솔의 사용이 처음에 다소 어렵지만 연습을 통해 방법을 익히면 치아 사이의 청결이 유지되어 충치나 잇몸병이 생기는 것을 효과적으로 억제할 수 있다. 또한 치아 사이에 음식이 잘 끼는 환자의 경우에는 충치나 잇몸병이 있는지 검진을 받아야 한다.

건강상의 이유로 칫솔질을 잘 할 수 없는 경우 정신적, 육체적 장애가 있어 환자 스스로 칫솔질과 치실사용을 제대로 할 수 없는 경우에는 방법을 수정해서 시행할 필요가 있다. 예를 들어, 전동칫솔 등을 사용하면 칫솔질이 효과적으로 되어 구강위생의 유지에 도움이 된다. 거동이나, 식사, 배변, 갱의 또는 목욕 등의 일상생활을 하는데 불편한 환자는 남의 도움을 받아 구강을 청결히 하는 방법을 강구하여야 할 것이다. 필요한 경우, 항균제인 ‘클로르헥시딘’ 성분이 함유된 항균제 가글의 사용이 추천된다.

### 충치억제를 위한 가글의 사용

치아뿌리에 충치가 잘 생기는 환자들은 불소가 함유된 가글로 입을 자주 헹구어 준다. 가글

을 희석하거나 원액을 3~5분 동안 입안에 머금은 다음 뱉고 물로 입을 헹군다. 이러한 자가(自家) 불소요법이 충치예방에 도움이 된다.

### 곧장 치과에 가서 치료를 받아야 할 때 잇몸이 붓거나 아픈 경우

잇몸질환이 급성으로 생기거나 급성으로 잇몸의 상태가 악화되면 잇몸이 아프거나 부으며 경우에 따라서는 이가 흔들리게 된다. 이 경우 이가 솟구친 느낌을 받게 되며 음식 씹기가 불편해진다. 이러한 경우 곧장 치료를 받으면 잇몸질환이 아물고 잇몸건강이 회복되지만 곧장 치료를 받지 않고 참고 기다리면 잇몸이 급속히 나빠져서 치아를 살리지 못할 수 있다. 그러므로 잇몸이 붓거나 아프면 바로 치과 치료를 받아 질환의 진행을 늦추어야 한다.

### 이가 깨진 경우

치아가 조금이라도 부러져 나간 경우 치아의 일부가 단순하게 떨어져 나가는 경우도 있으나 대부분 치아 속 깊이 충치가 생기고 나서 2차적으로 치아가 부러지게 되므로 원인을 진단받고 원인에 따른 적절한 처치를 해 주어야 한다.

### 씹을 때 아픈 경우

잇몸질환이 생긴 경우, 충치로 인해 치아내부 신경이 손상을 받는 경우, 이에 금이 간 경우 등에는 음식을 씹을 때 치아가 아플 수 있다.

### 정기적인 치과 방문

치아뿌리에 생기는 치석을 스케일링을 통해 정기적으로 제거해 주어 잇몸병(풍치)을 조기에 예방 및 치료하고, 충치가 새롭게 발생하지는 않았는지 검사받아 충치의 진행을 막는다.

당뇨병환자일수록 일단 치아질환이 생기면 치유되는 속도가 일반인에 비해 느리다. 따라서 당뇨병환자들은 일반 환자들에 비해 더욱 더 정기적으로 구강검진을 받고 질병이 발생하면 조기에 치료받아야 한다. 즉, 당뇨병환자는 일반인에 비해 정기검진이 한층 더 중요하다.

#### 치과의사에게 상세히 설명한다

구강병 또는 그 치료가 환자의 의과적 상태에 영향을 줄 수 있고 역으로 의과적 상태가 구강질환 치료의 예후에 영향을 줄 수 있다. 따라서 당뇨병환자가 치과를 방문했을 때는 환자 본인이나 보호자가 진찰하는 치과의사나 간호사 또는 치과위생사에게 환자 자신의 전신적 병력과 건강검진에 대한 결과를 상세하게 이야기해야 한다. 당뇨병과 이에 동반된 전신적 질환은 치과치료시 항생제의 사용, 주사제의 사용, 치유시간의 변화 등에 영향을 줄 수 있다. 스트레스를 많이 받게 되는 치과적 치료를 위해서는 큰 병원을 찾는 것도 도움이 된다.

당뇨병환자는 치유가 지연되고 감염이 잘 되

므로 외과적 시술시 항생제의 투여에 영향을 준다. 치과치료를 위한 국소마취제에 들어있는 에피네프린이라는 성분은 혈당치를 상승시키므로 당뇨병환자에서는 국소마취제의 선택에 영향을 주게 된다. 또한 수술후 생길 수 있는 합병증에 유의해야 하며 급성의 근관감염은 잘 조절되고 있는 당뇨병 조차도 악화시킬 수 있다.

또한 치아 뿌리 감염의 소견이 전혀 나타나지 않은 경우에도 예방적인 항생제 투여가 필요할 수 있고 조절되고 있지 않거나 불안정한 당뇨병환자는 인슐린 쇼크나 당뇨성 혼수의 징후가 나타나는지 관찰해야 한다. 내원 약속은 환자의 일반적인 인슐린투여나 식사계획에 영향을 주지 않게 짜여져야 한다. 따라서 당뇨병환자들은 오전에 치과치료를 받는 것이 추천된다. 그리고 환자들은 신체적, 정신적으로 스트레스를 감소시킬 수 있는 치료계획을 따라야 한다.

#### 생기있는 삶을 위해

치아건강이 좋지 않으면 치아의 역할을 제대로 할 수 없으며 특히 씹는 운동이 제대로 되지 않으면 위장을 포함한 소화기에 영향을 주어 영양섭취에 문제가 생긴다. 그리고 치아의 문제로 심미적인 외모가 저하되어 대인관계를 꺼리게 될 수 있고 발음의 부정확성으로 의사소통이 원활하지 않을 수 있다.

당뇨병환자들의 구강건강은 일반 환자들에 비해 상기와 같은 차이점을 가지고 있으며 당뇨가 조절되는 경우와 조절되지 않는 경우는 현저한 차이를 가지고 있다. 따라서 당뇨병의 치료와 구강병의 예방 및 조기 치료에 특별한 관심을 가져 치아건강의 유지 및 회복으로 밝고 생기있는 삶을 유지해야 하겠다. 

