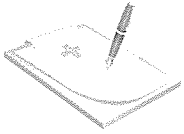


연령별



치아관리

대한구강보건협회 기획이사 김 영 수



우리나라 보건복지부는 2010년까지 구강 보건달성 목표를 65세~74세 노인들이 19개의 영구치를 갖는 것으로 삼았다. 이를 위해 국가에서는 공중구강 보건 사업으로 수돗물 불소농도 조정사업(수돗물에 불소를 0.8ppm 농도로 넣어 섭취하는 사업), 치아홈메우기 사업(치아 표면에 실란트를 도포)과 구강 보건교육사업 등을 전국적으로 확대해 시행하고 있으나, 수돗물 불소농도 조정사업 같은 사업은 일부 시민단체의 “맑은 물을 마실 권리를 침해하지 마라.”라는 논리에 부딪혀 사업 확장에 어려움을 겪고 있다.

국민의 가계 상태가 지금처럼 양극화로 치달는 상태에서, 임플란트 등 고가 진료를 받을 수 있는 층은 한정되며, 이를 사회적 불평등이라 인식하게 되는 중산층 이하 국민은 국가에 압력을 가하게 되나, 국가는 이를 해결할 수 있는 재정적 뒷받침이 준비되지 않은 상태라, 후에는 계층 간 갈등의 요인이 될 수도 있다고 본다.

구강진료를 담당하는, 특히 필자처럼 예방 치과를 전공하는 치과의사의 입장에서는 이는 선후가 바뀐 생각이라 여겨진다. 앞서 수돗물 불소농도 조정사업은 영구치우식증(충치)의 약 60%를 예방할 수 있는 사업이고, 치과에서 불소를 바른다가나 치면열구전색(실란트 도포)을 한다가나, 가정에서 칫솔질을 잘하는 것으로 거의 90%의 치아우식증을 예방할 수 있으며, 정기적인(6개월) 구강검진과 치면 세마(스케일링), 그리고 가정에서의 칫솔질로 치주병 예방이 가능한 경우가 많은데, 우리는 이런 노력은 하지 않고, 누구는 별로 이도 닦지 않는데 건강하다며 구강건강에 관한

모든 요인을 선천적인 운명으로 돌리는 것인가? 나보다 연봉이 높은 사람 모두가 그들의 부모가 그 회사 사장이라는 주장은 지나치지 않은가 말이다.

선천적인 구강건강을 타고났다면 달리할 말은 없겠으나, 그렇지 않다면 자기반성의 기분으로 구강 보건 전문가가 추천하는 방법대로 해 보는 것도 나쁘지 않을 것 같다. 필자도 최근 고혈압 판정을 받고 약을 복용하고 있다. 더불어, 식이조절과 운동도 병행하여, 되도록 살이 찌지 않도록 노력하고 있다. 이런 처방 내용을 필자가 몰랐던 건 아닐 것이다. 단지 노력은 하지 않고 미루어 온 것이다.

필자가 독자들에게 추천하고 싶은 구강 건강관리법을 나열해 보았다.

1. 하루에 2회 이상(아침, 저녁 필수) 전 치면이 깨끗해질 수 있는 칫솔질하기
2. 어린이나 청소년은 6개월마다 구강검진 후 각종 예방 처치(불소도포, 실란트 도포) 및 구강 보건 교육(칫솔질, 식이조절) 받기
3. 성인은 6개월마다 구강검진 후 치면 세마(스케일링)와 구강 보건교육 받기

6월은 구강 보건주간이 속해 있는 달이다. 건치아 동도 선발하고 건치노인도 선발한다. 어찌 보면 이들은 타고난 건강 치아 보유자들이다. 고생 끝에 구강병 치료가 끝난 후에도 계속 관리를 한 환자가 오랜 외국 생활 끝에 잘 관리한 상태로 치과에 오는 경우가 있다. 개인적 의견을 피력하자면 이 사람이 건치인이라 생각한다. ☺