



당뇨전문치과 강남 이룸치과 치주질환 치료로 혈당도 잡아보세요!

많은 당뇨병환자가 눈, 혈관, 발에 합병증이 생기 않도록 혈당조절을 포함해 많은 신경을 쓰는 반면, 치주질환으로 인한 치아상실이나 염증 등은 심각하게 받아들이지 않고 방치한다. 나이가 들면 으레 치아가 빠지는 것이라니, 잇몸이 안 좋아지는 것이라니 하고 넘어가는 것이다. 당뇨 병환자가 혈당조절을 하기위한 요소 중 식사요법이 중요한데, 치주질환을 방치해 치아가 빠지거나 잇몸 염증이 심하면 음식을 제대로 씹을 수가 없어 혈당관리가 어려워진다. 또한 치주질환으로 치료를 받고자 해도 일반 치과에서 받기에는 '당뇨'가 걸리고, 그렇다고 종합병원으로 가기에는 절차가 다소 복잡하기도 하다. 이에 한 치과에서 당뇨인들이 보다 쉽고 빠르게 치주질환문제를 해결할 수 있도록 당뇨치아클리닉을 개설해 찾아가보았다.

서울 강남에 위치한 이룸치과(원장 안홍헌)의 당뇨치아클리닉은 2006년 9월에 개설되었다. 안홍헌 원장은 몇 년전 병원으로 찾아온 당뇨병환자를 접하면서 당뇨병환자가 치주질환이 있어도 제대로 치료를 받지 못해 오히려 혈당관리가 제대로 하지 못함에 안타까움을 느꼈다고 한다. 그 환자는 치과를 방문했을때 혈당이 200가까이로 높았고, 잇몸의 염증이 심각해 이빨이 빠질 정도였다고 한다. 당뇨가 있는 것을 두려워해 미리 염증을 치료하지 못한 탓이었다. 게다가 조절되지 않아 염증을 제거하는 수술도 쉽게 결정하지 못하고 있었다. 안 원장은 심한 염증으로 식이요법을 못하는 것이 혈당조절에 더 악영향을 주는 것이 안타까워 일단 환자에게 염증을 제거하는 수술을 시행했다. 그 뒤 염증이 가라앉고 입안의 세균들이 없어지자 수술에 겁먹었던 환자의 혈당은 오히려 내려갔다. 안 원장은 “잇몸질환으로 고통 받고 있는 상황에서 입안에서 생기는 독소가 핏속으로 침투해 혈당조절을 방해한다”며 “그 염증을 제거해주니까 오히려 혈당이 개선되는 것을 볼 수 있었다”며 말했다. 실제 안 원장은 당뇨치아클리닉을 방문하는 당뇨병환자에게서 이런 현상을 자주 볼 수 있었는데, 혈당관리가 되지 않으면 잇몸관리도 잘 될 수 없지만 반대로 잇몸관리를 철저히 했을 때 혈당관리에 큰 도움이 됨을 알 수 있었다고 한다.

초기부터 적극적으로 대처해야

당뇨병성 치주질환은 입 속에서 끝나지 않고 전신으로 퍼질 위험이 있어 초기부터 적극적으로 대처해야 한다. 치아가 급속히 빠지거나 제 기능을 못하면 당장 1차 소화기관의 역할을 하는 저작활동에 문제가 생긴다. 이에 음식물을 제대로 씹지 못해 혈당조절도 더욱 힘들어진다. 안 원장은 “잇몸염증을 제 때 치료하지 못하면 더 심각한 감염

을 일으킬 수 있다”며 “치주질환이 혈당조절을 어렵게 할 뿐 아니라 심혈관질환, 뇌졸중 등 당뇨병병증을 조기에 발생시킬 수 있다고” 강조했다.

3~6개월에 한 번씩 치과 방문해야

이처럼 당뇨병환자의 치주질환이 혈당조절에 큰 영향을 주는 만큼 더 심각해지기 전에 올바른 구강관리를 해야 한다. 일단 당뇨를 진단받은 즉시 당뇨전문치과에 방문해 자신의 구강상태를 점검, 문제가 있을시 대책을 마련해야 한다. 또 치과에서 올바른 치아관리법을 배워야 하는데, 이룸치과의 당뇨치아클리닉에서는 당뇨병환자가 치아관리를 어떻게 해야 하는지 교육을 실시하고 있다. 안 원장은 “당뇨병환자는 일반인보다 치주질환에 걸릴 위험이 3배 이상 높고, 그 진행 속도도 2.6배 빠르기 때문에 뚜렷한 증상이 없어도 3~5개월에 한 번씩은 꼭 치과 정기검진이 필요하다”고 권고했다.

레이저로 잇몸 치료

처음 치과를 방문하면 아프지는 않을지, 고통으로 인해 스트레스를 받는 것이 두렵다. 이룸치과에서는 당뇨병환자의 심해진 염증을 수술로 들어가기 전에 레이저로 살균, 염증을 가라앉힌 다음 실시한다. 안 원장은 “지난달 미국에서 온 어떤 환자는 혈당이 393이었는데, 염증이 매우 심해 있었다”며 “이 환자는 스케일링 후 레이저로 염증을 가라앉힌 후 수술과 병행하는 시술을 할 수 있었다”고 설명했다. 게다가 이 환자는 레이저를 통한 잇몸 치료 후 혈당이 193으로 내려가는 효과를 볼 수 있었다고 한다.

치과에서 올바른 치아관리법 배우자

대부분의 환자는 잇몸이 별걸게 붓고 양치질 시 피가 나와 치과에 방문하는데, 이런 증상들은 치

당노인을 위한 병원 탐방

주질환의 조기증상일 뿐만 아니라 혈당에도 영향을 준다. 따라서 당뇨병환자는 일단 당뇨진단이 받은 후 바로 치과를 방문해 올바른 치아관리법에 대한 교육을 받아야 한다. 이롬치과에서 권하는 올바른 치아관리법은 ▲칫솔질할 때는 칫솔을 약 24도 기울이고 문지르는 식으로 부드럽게 하고, ▲혀 상단의 거친 부위도 깨끗이 닦아주며 ▲칫솔모의 한 줄을 치와 잇몸이 맞닿는 곳 깊숙이 놓고 가볍게 진동시켜 잇몸마사지를 해주는 것이다. 또 치아사이의 세균을 제거하기 위해 하루 두 번 치실을 사용하는 것도 권장했다.

이롬치과에서는 이러한 당뇨병환자의 치아관리법을 교육해주고 있다. 따라서 잇몸에 이상이 있는 환자, 또는 잇몸질환을 예방하기 위한 환자 모두 혈당관리를 위해서 올바른 치아관리법을 제대로 배우는 것이 필요하다. 안흥원 원장은 “치과질환이 있어도 치과 공포 때문에 잇몸약만 사다먹어 적절한 치료시기를 놓쳐 치아를 상실하는 당뇨병 환자가 많다”며 “잇몸병도 당뇨병으로 인한 합병증이기 때문에 적절한 관리법과 예방법에 대해 환자 스스로 공부하고 실천해야 예방할 수 있다”고 강조했다.

치아가 소실되면 빨리 복원

치주질환은 미리 예방하지 못해 치아가 빠진 당뇨병환자는 ‘나는 당뇨니까’라는 생각으로 이빨이 빠진것을 어쩔수 없는, 당연한 것으로 생각하면 안된다. 일단 이빨이 소실되면 일주일에서 한 달 내에 빨리 치아를 복원해야 한다. 치아가 없는 상태로 두면 치열이 삐뚤어지고 프라그제거도 어려워 치주질환의 합병을 빨리 오게 하기 때문이다. 빠진 치아를 대체하는 방법은 틀니, 브릿지, 임플란트 등 여러 가지가 있지만 민감한 당뇨병환자의 경우 시술기간이 짧고 통증이 적은 방법을 택해야 한다. 임플란트는 시간이 많이 걸리고

주위 염증 때문에 당뇨병환자에게 위험하다고 인식되어 왔지만 혈당관리의 정도와 잇몸뼈 상태에 따라 가능하다. 그러나 지속적인 치과치료와 혈당관리, 정기적 검진을 받아야만 성공률이 높다.

당뇨병환자는 뇌, 심장, 혈관, 신장, 발 등의 합병증 예방과 정기검진, 기본적인 혈당조절도 필요하지만, 가장 기본적인 식사요법, 약물요법과 같은 당뇨관리를 병행하기 위해서는 가장 기본적인 문제부터 해결하는 것이 중요하다. 잇몸이 상해 치아가 무너지고 음식을 섭취하지 못하면 당뇨관리 중 가장 중요한 부분이 손실되는 것이다. 그러면 혈당조절이 제대로 되기는커녕 음식을 섭취하지 못하는 스트레스로 잘못된 당뇨관리의 악순환이 되풀이 될 수도 있다. 최근 당뇨병환자의 치주질환이 혈당조절을 방해한다는 연구결과와 같이 이롬치과의 안흥원 원장은 실제 현장에서 잇몸 치료 후 혈당이 좋아진 환자들을 겪고 있다. 혈당조절이 잘되지 않는 환자나, 아직 본인의 입안을 한번도 들여다보지 않은 분들은 당뇨전문치과를 통해 치주질환 치료도 하고 나아가 혈당조절의 큰 도움이 되었으면 하는 바람이다. 🇰🇷

글 홍지영 기자

