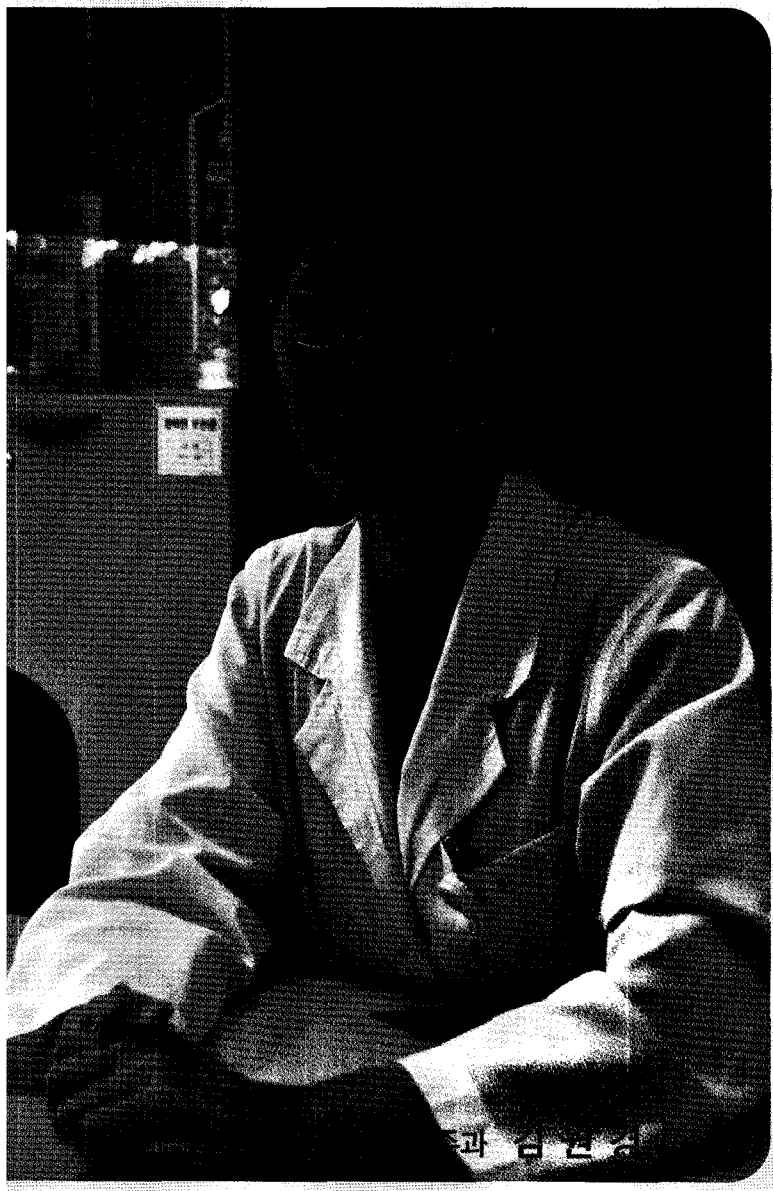


서울아산병원 당뇨치주질환 클리닉 치아건강 건강할 때 지키세요!

당뇨병에 걸리면 치주질환에 걸릴 위험이 크고, 일반인보다 낫기가 어렵다. 치주질환은 비용과 치료의 두려움으로 병원에 가길 꺼려한다. 그러나 방치하면 잇몸 뼈가 상하게 되고 치아가 빠져 수술로 이어지게 된다. 그러므로 당뇨병환자라면 치과에 정기적으로 내원하여 잇몸병을 조기에 발견하고 치료하는 것이 중요하다.



당뇨로 인한 치주질환의 발병 원인과 증상은 어떠한가요?

먼저 치주염이란 치주병을 일으키는 세균이 쌓이면서 염증을 일으키고 우리 몸에서 염증 반응이 나타나면서 잇몸 조직이 파괴되는 것입니다.

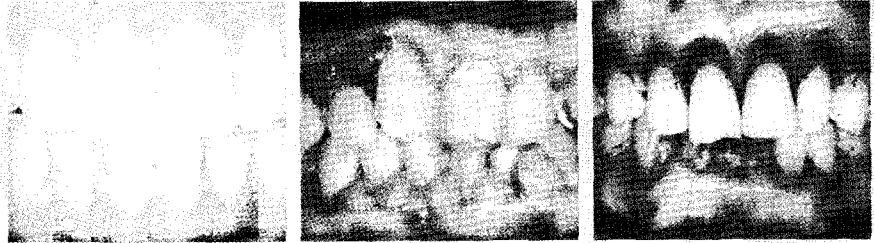
당뇨합병증으로의 치주질환이라고 보기보다는 일반인에게 발병하는 치주질환이 당뇨병에 걸리게 되면 좀 더 심하고 빠르게 치아나 잇몸이 망가진다는 것이 문제입니다. 당뇨병환자 중에서도 특히 혈당 조절이 잘되지 않는 환자는 세균에 대한 저항력이 떨어집니다. 당뇨병이 오래되면 최종당화산물이 축적되고 잇몸 조직 내에 염증을 만들어내는 물질의 농도가 짙어지면서 염증반응이 더 심하게 일어납니다. 그 결과 잇몸 뼈의 파괴가 훨씬 더 빨리 일어나게 됩니다.

치주염과 같은 질환이 생기면 어떻게 치료하나요?

치주염의 치료는 일반인과 별반 차이가 없습니다. 그러나 혈당이 200이 넘는 환자는 조직이 오히려 닳나기 때문에 혈당 조절을 먼저하고 치료해야 합니다.

치주염을 일으키는 원인이 치아표면에 붙어 있는 세균이므로 우선 세균막을 제거하는 치료를 먼저 합니다. 기본적인 것이 흔히들 치석제거를 위해 많이 받는 스케일링입니다. 스케일링만으로 안 되면 치근면 활택술, 치은염 소파술 등의 이차적 치

료를 시행하게 됩니다. 치료 후 1~3개월 동안 지켜보다가 염증이 줄어들면 유지 치료를 계속하게 되고, 그렇지 않으면 수술을 하게 됩니다. 중요한 것은 치료가 끝난 뒤에도 잇몸병은 당뇨병과 같이 평생 관리를 해주어야 한다는 것입니다. 만약 칫솔질이 제대로 되지 않아서 치아표면에 세균막이 또 쌓이고 이를 제때 제거해 주지 않으면 치주염은 재발하게 됩니다. 당뇨병환자든 일반환자든 유지치료가 상당히 중요하죠.



건강한 잇몸

당노인의 잇몸병
(잇몸이 붓고 피가 남)

심한 잇몸병(치석이 많이 끼고
치아 뿌리가 드러나며 치아가
심하게 흔들림)

당뇨병환자의 경우 특별히 치료에 어려운 점은 없나요?

일단 혈당이 조절되지 않으면 치료할 수 없고, 혈당조절이 잘 되었다가 되지 않았다가를 반복하면 치주염치료를 한다고 해도 재발하기 쉽습니다. 특히 뼈와 관련된 수술을 할 때 예를 들면 잇몸 뼈를 강화시키는 뼈 이식이나 임플란트 시 당뇨가 심하면 잇몸 뼈가 점점 녹는 방향으로 진행되기 때문에 뼈를 강화시키는 수술을 해도 소용이 없습니다. 임플란트 또한 고정이 안 돼서 실패할 확률이 높습니다.

당뇨병환자들이 임플란트를 할 수 있는지 많이들 궁금해하는 데 시술이 가능한가요?

물론 가능합니다. 당뇨병환자들의 치아가 빠지는 이유는 혈당관리와 구강건강관리에 실패로 잇몸 뼈가 점점 녹아 없어지기 때문입니다. 다행히 임플란트를 할 수 있는 상황이어서 시술을 했어도 혈당관리가 잘 안 되고 치아관리를 잘 해주지 않으면 치주질환이 발생해 임플란트마저 빠지게 되는 불상사가 발생하게 되므로 주의해야 합니다.

치과 치료는 비용과 치료가 두려워 병원을 내원하길 꺼리는 환자들이 많습니다. 치료시기를 놓치게 되면 어떤 문제가 발생하나요?

잇몸병치료는 보험이 됩니다. 그러니 치과 치료는 비싸다는 편견을 가지지 마시고 하루빨리 내원하는 것이 좋습니다. 치아를 빼기 전 단계에서 병원에 오면 저렴한 비용에서 치료가 가능합니다. 그런데 자꾸 뒤로 미루면 잇몸 뼈가 파괴되고 재생이 불가능하기 때문에 비용이 더 비싸집니다. 특히나 치

아가 다 빠져갈 때쯤 병원에 오면 보험이 적용되지 않는 치료가 행해지므로 비용이 비싸지게 됩니다. 중요한 것은 미루지 말고 될 수 있으면 조기에 오는 것이 경제적으로나 치아의 기능적으로나 좋습니다.

치주질환이 심장병을 유발한다는 연구결과가 속속히 발표되고 있습니다. 치주질환과 심장병의 상관관계에 대해 자세히 알고 싶습니다.

치주염은 염증반응 때문에 잇몸과 잇몸 뼈가 파괴되는 것입니다. 이러한 치주염은 잇몸조직에 국한된 것이 아니라 세균조직이 혈관을 따라 순환계로 들어가면 온몸을 돌아다니며 염증을 일으켜 죽상동맥경화증을 유발합니다. 결과적으로 고혈압, 심근경색, 협심증 등과 같은 심장질환을 일으키는 것이죠. 미국학회의 발표로는 일반인보다 치주염을 앓고 있는 환자가 심장질환에 걸릴 확률이 3배 이상 높다고 합니다.

당뇨병환자의 구강건강을 유지하는 데 필요한 생활 습관은 어떤 것이 있나요?


효과적으로 닦는 것이 가장 중요합니다. 양치질할 때 치아만 닦고 잇몸은 닦지 않는 경우가 많은데 이 경우 잇몸에 플라크가 많이 끼기 때문에 잇몸에서부터 치아로 쓸어주듯이 닦아주는 것이 좋습니다. 그러나 아무리 잘 닦아도 닦이지 않는 부분은 치과에 나와서 관리를 받아야 합니다.

아주 건강한 치아는 일반 칫솔로만 양치질해도 어느 정도 깨끗하게 닦이는 것이 가능하지만 잇몸병이 생겨서 잇몸이 주저앉으면 보통칫솔로만 닦을 수 없는 곳이 많이 생기게 됩니다. 그러므로 치간 칫솔과 치실의 사용은 필수적입니다. 또, 담배는 치아건강에 상당히 나쁜 영향을 미칩니다. 그러므로 금연하는 것이 좋겠습니다. 임플란트할 때에도 시술 전에 담배를 끊는 것이 성공률을 높이기 때문에 금연을 권장하고 있습니다.

스케일링을 꾸준히 하는 것도 구강건강에 상당히 도움이 됩니다. 건강한 치아는 6개월~1년에 한 번 받는 것이 좋습니다. 치주염환자나 과거 치료를 받은 경험이 있는 경우는 잇몸병에 한번 걸리면 재발할 확률이 높기 때문에 3~6개월에 한 번 스케일링을 받는 것이 바람직합니다.

마지막으로 당뇨병환자의 구강건강을 위해 해주고 싶으신 말이 있다면?

잇몸병이 있어도 증상이 거의 나타나지 않기 때문에 걸렸다는 것을 모르는 경우가 많습니다. 어느 정도 진행이 되어 간헐적으로 증상이 나타나는 정도이기 때문에 당뇨에 걸렸다면 안과에 가서 정기적으로 검사를 받듯이 치과에서도 정기적으로 검진을 받는 것이 좋겠습니다.

치아는 건강할 때 지켜야 합니다. 어렸을 때부터 치과를 정기적으로 다니며 관리 받고, 적절한 치료를 받아야 합니다. 

글/ 김선주 기자