M 의료 라운지 Medical lounge

화순전남대병원 박민호교수 우수논문상

화순전남대병원 박민호 교수(내분비외과·사진)가 최근 대구에서 열린 2006년 대한외과학회 춘계학술대회에서 '생쥐 유방암 모델에서 유전공학적으로 제작된 빛나는 박테리아를 이용한 종양 표적 광학 분자 영상'이라는 논문으로 우수논문상을 수상했다.

공동연구자로 정연승(내분비외과)·윤인상(내분비외과)·윤정한(내분비외과)·제갈영종(내분비외과)·민정준(핵의학과)·백재효(핵의학과)·범희승(핵의학과) 교수가 참여했다.

/서민정기자 viola@kwangju.co.kr

백의회 나자렛집 방문 세탁기·정수기 전달

전남대병원 간호사들의 모임인 백의회(회장 최영자 간호부장)는 지난 25일 오후 광주시 광산구 비아동 '나자렛집'을 찾아 세탁기와 정수기를 전달하고 식사를 대접했다.〈사진〉 '나자렛 집'(원장 장화영)은 살레시오수녀회가 운영하는 곳으로 유아를 포함 초·중·고생 20명이 생활하고 있다.

/서민정기자 viola@kwangju.co.kr

당뇨병 등 비만관련 질환 예방 '아디포넥틴' 억제 인자 찾았다

국립보건원 정명호 박사

당뇨병과 비만과의 연결고리를 규명한 연구결과가 나왔다.

질병관리본부 소속 국립보건연구원 대사영양질환팀 정명호 박사팀은 10일 "비만 관련 질환을 예방하는 '아디포넥틴(adiponectin)'이란 호르몬의 생산을 억제하는 'NFATc4'와 'ATF3'란 두가지 조절인자를 세계 처음으로 찾아냈다"고 밝혔다.

연구팀에 따르면 지방세포에서 만들어지는 아디포넥틴은 인슐린 저항성을 개선하는 물질로, 당뇨병과 동맥경화증 등 비만 관련 질환을 막는 중요한 기능을 수행한다. 아디포넥틴이 감소하면 당뇨병이 발생한다는 연구보고도 있다.

연구팀은 따라서 "앞으로 NFATc4와 ATF3의 활성을 억제하는 기술을 개발하거나 물질을 찾아내면 비만과 관련된 당뇨병을 예방하고 치료하는데 크게 기여할 것으로기대된다"고 덧붙였다.

/연합뉴스

光州日報·전남대병원 공동 주최

테마가 있는 시민 건강 강좌 — '입냄새' 치료 어떻게?

칫솔질 할 때 혀 깨끗이 닦아야

최근 소개팅에서 '이상형'여성을 만난 회사원 김모(28)씨. 김씨는 말 못할 고민에 빠졌다. 성격 좋고 외모도 빠지지 않는 그녀가 치명적인 '입냄새'를 가지고 있었던 것. 단지 그 이유로 헤어질 수 없어 참아보려 했지만 애써 태연한 척하기도 한 두번. 김씨는 결국 이별을 고해야 했다.

'입냄새'는 누구나 한번 쯤은 경험하는 흔한 질환이다. 그러나 심한 입냄새로 주위로부터 '경계대상'에 오르더라도 정작 본인은 모르고 있는 경우가 많다. 또 정확한 '원인'을 모르면 해결하기 어려운 것이 바로 '입냄새'이다. 입냄새는 어떤 이유로 발생하며 해결할 수 있는 방법은 뭘까? 다음은 지난 26일 진행된 전남대 치과방사선과 강병철 교수의 강연 요지다.

강병철 교수 약력

- 서울대 치과대학 졸업
- 서울대 대학원 치의학과 박사
- 미국 켄터키주 루이빌 치과대학 연수
- 대한구강악안면방사선학회 이사

전남대 치과방사선과 강병철교수가 지난 26일 전남대병원에서 열린 건강강좌에서 참석자들에게 입냄새의 원인과 치료 방법에 대해 설명하고 있다. /최현배기자 choi@kwangju.co.kr

세정제 사용은 일시적

▲무엇이 입냄새를 나게 할까? =입냄새의 주 원인은 잇몸병 등 치과 질환에 있다. 잇몸병(치주질환)은 프라그(plaque)에 의해 생기는데, 프라그 속 박테리아는 독소를 만들어서 잇몸을 자극한다. 먹는 음식 때문에 입냄새가 날수도 있다. 이미 경험으로 알 수 있듯 마늘, 양파, 파, 카레, 겨자 잎 등을 먹고 나면 음식에 의한 일시적 냄새가 발생한다.

그 외 침이 적게 나와서 나는 입 냄새도 있다. 침은 입안을 깨끗이 닦아주고 입안의 음식물 부스러기를 제거해주는 역할을 하는데 입이 마르면, 산소가 부족해 '혐기성 박테리아'들이 급격히 자라난다. 다이어트를 하는 젊은 여성에게도 입냄새가 자주 발생한다. 주로 '단내' 또는 과일냄새가 난다. 담배·술도 입냄새의 주 원인이다. 술을 마시면 탈수 현상으로 입이 더 마르게 되는 것이, 술 마신 다음날 아침 입냄새가 더 나는 이유다.

▲입냄새의 원인은 반드시 알아야 한다=만약 치과 검진 후 잇몸병이 없는데도 입냄새가 지독하다면 정확한 입냄새의 원인을 알아야 한다. 호흡기 계통이나 만성 기관지염, 간·콩팥 질환을 가지고 있을 수 있기 때문이다. 코·목·기관지·허파 등 호흡기 계통이나 충농증으로 알려진 '만성 상악동염', 위장관 질병 등을 의심해볼 수 있다.

잇몸병 치료엔 구강 청결 중요 정기적 검사·치아 스케일링도

▲입냄새를 없애려면 =입안의 모든 박테리아를 죽이면 입냄새를 없앨 수 있지 않을까?' 그러나 불행하게도 그렇게 할 수는 없다. 입안의 박테리아는 혀에 곰팡이가 자라지 못하게 하는 등 우리 입안을 보호하는 역할도 하기 때문이다. 잇몸병을 없애고, 입안이 건강하게 유지하는 것이 입냄새를 없애는 핵심이다.

치과에 정기적으로 가서 전문적인 검사와 구강 청결을 유지해야한다. 만약 정기적으로 치아 스케일링을 하고, 열심히 이를 닦고, 치실을 하는데도 입냄새가 심하다면, '최근에 어떤 외과적 수술을 받았는지' 또는 '어떤 병을 가지고 있는지', '먹은 음식은 무엇인지'를 치과의사와 상의해 입냄새의 원인을 찾을 수 있도록 해야 한다.

냄새 계속나면 호흡기 질환 의심

▲가장 좋은 방법은 '칫솔질과 치실'=입냄새를 줄일 수 있는 가장 좋은 방법은 '매일 두 번의 칫솔질과 한 번의 치실로 이를 닦는 것'이다. 이때 '올바른 방법'으로 닦는 것이 중요하다. 치실과 치간 칫솔로 치아 사이까지 깨끗이 닦는 것이 중요하며, 혀도 깨끗이 닦아야 한다.

▲구강세정제는 일시적일 뿐=구강세정제(mouthwashes)는 입안을 깨끗하고, 입냄새를 없애주지만 효과가 오래가지 못한다. 싱크대에 밥찌꺼기가 끼어 냄새가 날 때 냄새나지 말라고, 소독약을 뿌리고, 방향제를 놓거나 뿌리는 격이다. 원인이 되는 음식물 찌꺼기와 프라그를 치실처럼 제거할 수는 없기 때문이다.

구강세정제를 장기적으로 사용할 경우에는 치과의사에게 진단받고 상의해서 사용하는 것이 좋다. 그러나 장기간 구강세정제를 사용할 경우 입안의 상주균이 없어지고 새로운 균이 더 많아지거나, 곰팡이 종류가 증식할 수 있다. 입냄새를 구강세정제로 없애려고 하기 전에, 입냄새의 원인 요소를 제거하고, 본인 스스로 칫솔과 치실을 규칙적으로 사용해서 입냄새를 관리해야 한다.

/서민정기자 viola@kwangju.co.kr