

틀니 하루 2번 이상 닦고, 밤에는 빼서 잇몸에 휴식을

건강 바로 알기 의치(틀니) 관리

허유리 조선대치과병원 치과보철과 교수

의치(틀니)란 다수의 치아 및 관련 구강 조직 결손시에 끼었다 뺐다 할 수 있는 인공적 대용물로 손상된 기능과 외관, 건강을 회복시키는 장치를 말한다. 의치를 크게 분류해보면 이가 하나도 없는 경우 사용하는 완전 의치와 부분적으로 치아가 없는 경우 사용하는 부분 의치가 있다. 부분 의치는 남아있는 치아에 고리를 걸어 사용한다.

◇치아가 빠지는 원인=의치는 치아가 빠지게 되는 경우에 사용하게 되는데, 치아가 빠지게 되는 가장 흔한 원인으로서는 풍치 즉 잇몸병이다. 그리고 우식으로 인해 발거하는 경우, 사고로 인해 치아가 상실되는 경우, 선천적으로 결손된 경우 등이 있다. 치아가 상실된 경우 이를 그대로 방치하면 남아 있는 치아가 상실된 부분을 향해 움직이게 되면서 대합 되는 치아가 정출되거나 옆에 있는 치아가 쓰러지게 된다. 또한 잇몸뼈가 급속도로 줄어들게 된다. 치아가 상실된 지 오래된 환자의 잇몸뼈는 흡수가 일어나서 틀니 제작이 어렵고, 제작 후에 사용하는 데도 불편하다.

의치, 용모 개선에 좋고 씹는 기능 상승으로 치매 예방 정기검사 1년에 1~2회 ... 닦을 땐 치약 말고 세정제로

또한 입술을 지탱해주는 치아가 상실되면 입이 움푹 들어간 모양이 되며 주름도 깊어진다.

◇의치의 역할=의치는 저작기능, 외모 개선 외에도 씹는 자극이 뇌에 긍정적인 효과를 주기 때문에 치매 예방에도 도움이 된다.

의치를 장착하는 데에도 방법이 있다. 먼저 틀니를 착용하기 전에 잇몸에 닿는 부분이 매끈한 지 확인하고, 이물질이 묻어 있는 경우에 제거한다. 그리고 의치를 끼울 때 치아끼리 물어서 끼우는 경우가 많은데 이럴 경우 틀니가 부러질 수 있으니, 꼭 손으로 제 위치에 넣고 손으로 눌러서 착용해야 한다.

의치는 자연치아와는 다르기 때문에 의수, 의족이 불편하듯 의치도 불편감이 있고 사용하는 데 한계가 있다. 특히 남아있는 치아의 개수가 적을수록 불편감이 크다. 의치의 씹는 힘은 치아의 15~20% 정도이고, 적응할 때까지 시간과 노력이 필요하다. 또한 단단한 음식은 먹기 불편하고, 일상생활 시 의치가 빠질 수 있다는 걱정에 위축되는 경우도 있다. 사람은 부분적으로 치아를 상실해가는 상황에서 턱모양, 입술 주위의 변화가 서서히 일어나게

되 가족이나 친구 등 주변 사람들은 이와 같은 변화를 감지하지 못하다가 새 틀니를 장착한 후에 환자의 용모가 크게 달라진 것처럼 여기게 된다. 구강 내가 가득 찬 것처럼 느끼거나 입술과 뺨이 튀어나온 것 같은 느낌을 받게 된다. 이는 시간이 지나면 근육이 좀 더 이완되고 자신감이 생기면서 자연스럽게 개선된다.

◇의치 관리=틀니를 처음 끼게 되면 새 신발을 신은 것처럼 아픈 경우가 많기 때문에 2~3일 이내에 다시 치과를 찾아 검사 받는 것이 좋다. 그 후에도 정기적으로 검사가 필요하다. 의치가 적응이 된 후에도 잇몸뼈는 시간이 갈수록 줄어들기 때문에 의치가 점차 헐거워질 수밖에 없다. 이를 정기적으로 검사해 재제작 시기를 결정하거나 수리한다면 더 오래 의치를 사용할 수 있다. 정기검사는 1년에 1.2회 정도 필요하다.

의치를 잘 관리할 경우 곰팡이가 피거나 이물질이 달라붙어 제 형태를 유지하기 힘들며, 구강조직에 염증을 유발한다. 의치 세정 시 연마제가 들어있는 치약을 사용할 경우 의치 표면에 미세한 흠집이 생겨 세균이 쉽게 번식할 수 있다. 의치 세정제를 이용해 세정하는 것을 추천한다. 먼



조선대치과병원 허유리 교수가 의치 장착 후 이물감을 호소하는 환자의 의치를 조절하고 있다. <조선대치과병원 제공>

저 틀니를 가볍게 칫솔질하고 물로 헹군 후, 작은 컵에 틀니를 담고 차가운 물 또는 미지근한 물을 붓는다. 틀니 세정제를 넣고 사용법에 따라 기다린 후, 착용하기 전에 흐르는 물에 틀니를 헹구준다. 식사한 후 의치를 장착한 채로 이를 닦는 것이 아

니라, 의치를 뺀 후 치아가 남아있는 경우에는 치아를 닦고, 의치는 의치용 칫솔로 별도로 닦아 주어야 한다. 잘 때는 틀니를 빼서 물에 넣어 보관해야 변형을 막을 수 있으며, 의치를 빼야 잇몸에 휴식을 줘 하루 종일 눌러있던 형태가 다시 복원될 수

있다. 의치 사용 시 중요한 점은 1년에 1~2회 정기검진을 받는 것, 하루에 2번 이상 틀니 닦기, 밤에는 빼서 잇몸에 휴식시간 주기이다. <채희중 기자 chae@kwangju.co.kr>

전남대병원, 지역 사랑나눔 릴레이 봉사

광주·화순서 6일간 펼쳐

전남대병원(병원장 이삼용)이 소외계층에 은정을 전하는 '사랑나눔 릴레이 봉사'를 개원 이후 최대 규모로 6일간에 걸쳐 진행한다.

전남대병원은 8일을 시작으로 16~20일 까지 광주·화순지역의 장애인 가정·독거노인·노숙인·조선 가정·시설 아동·외국인 노동자들을 잇따라 찾아가 연탄·이불·겨울용품 등 위문품을 전달하고 건강 상담을 갖는다.

매년 설과 추석 두 차례씩 사회복지시설을 위문했던 전남대병원이 이처럼 다각적인 사랑나눔봉사를 시행하는 것은 사실상 개원 이후 처음이다.

이번 봉사를 위해 직원 중 자원자를 모집해 60여명의 봉사단을 구성했으며, 지난 2일 병원 6동 백년홀에서 이삼용 병원장을 비롯해 보직교수와 각 실과장 등 간부 50여명이 참석한 가운데 발대식을 가졌다.

이삼용 병원장은 이날 "이번 릴레이 봉사를 통해 사회적 소외계층에 대한 관심과

배려를 키우는 계기가 되길 바란다"면서 "앞으로 전남대병원은 공공의료기관으로서 이러한 봉사활동을 더욱 확대해 나갈 방침이다"고 밝혔다.

이번 봉사단은 총 7개 팀으로 나뉘어 봉사 대상에 적합한 위문품을 전달하고, 의료진은 상담을 통해 건강상태도 체크한다. 봉사 대상은 지자체와 관계기관을 통해 팀별로 광주지역 10가구(5개 구별 2가구씩)와 화순 2가구 등 총 12가구를 사전 선정했으며, 노숙인의 경우 금남로 4가 지역의 50여명과 시설 거주자 160여명이다.

이번에 전달될 위문품은 전남대병원 직원들의 성금을 모아 마련했다. 봉사대상별로는 장애인 가정은 연탄, 독거노인은 이불, 노숙인은 내복과 양말, 조선 가정엔 학용품 및 위생용품, 시설아동은 내복과 양말, 외국인근로자에게엔 양말 등을 전해줄 계획이다.

한편 전남대병원은 최근 3년간 총 119차례의 국내·외 의료봉사를 시행하는 등 공공의료활동을 활발하게 추진했다.

<채희중 기자 chae@kwangju.co.kr>

조선대병원, 수협재단과 의료복지 업무협약

"어업인 삶의 질 향상"

조선대병원(병원장 배학연)은 최근 병원 10층 회의실에서 어업인 의료복지 지원을 위해 수협재단(이사장 임준택)과 업무협약을 체결하고 어업인 삶의 질 향상에 이바지할 것을 약속했다. <사진>

배학연 조선대병원장과 수협재단 이사장 겸 수협중앙회장인 임준택 이사장을 비롯, 각 기관 주요 관계자가 참석한 가운데 열린 이번 협약식은 어업인에 대한 의료지원 사업을 통해 어촌지역 발전을 함께 도모하는 자리로 마련됐다.

주요 협약내용으로 ▲어촌 지역 의료봉사활동 지원 ▲어업인의 건강상담 및 검진 ▲어업인의 의료자원 이용을 위한 정보교류 및 홍보 등에 양 기관이 협력하기로 했으며, 특히 어업인 환자에 대한 수술·치료 등 의료서비스 제공에 있어 어촌 지역 의료 불균형 해소를 위해 양 기관장이 다양한 의견을 교환했다.

배학연 병원장은 "전남지역 어업인을 위한 다양한 의료복지 지원에 조선대병원이

복지 지원을 위한 업무협약

2019. 12. 3.(화) 10층 회의실



도움이 될 수 있도록 의료진 모두가 최선을 다 하겠다"고 말했다. <사진>

<채희중 기자 chae@kwangju.co.kr>

광주기독병원, 우즈베키스탄에서 의료봉사 실시



30명 참여 2000여명 진료

광주기독병원(병원장 최홍수)이 지난 1일부터 7일까지 일주일간 우즈베키스탄 타슈켄트 근교의 유코르 치르치 군 국립종합병원과 쿠이 치르치 군 국립종합병원 등에서 의료봉사를 펼쳤다. <사진>

이번 의료봉사팀은 호흡기내과, 소화가

내과, 순환기내과, 소아청소년과, 재활의학과, 치과 등 6개 진료과의 의료진을 포함한 30명으로 구성돼 2000여 명을 진료했다. 기독병원은 이번 의료봉사를 위해 초음파기 2대, 휴대용 X-ray 촬영기, 심전도기 등의 의료기기를 직접 가지고 갔다. <사진>

<채희중 기자 chae@kwangju.co.kr>

ESS시공전문기업

태양광발전소 부지·시설 고가매입

당사 및 당사관련사업소에서는
소형(100kW~1,000kW) 중형(1,000kW~3,000kW) 대형(3,000kW이상)의
태양광발전시설을 대량 매입중입니다

● 매매대상 ●

- 개발행위 허가전 발전소
- 개발행위 허가중 발전소
- 현재 공사중인 발전소
- 현재 운영중인 발전소
- 1차 FIT 종료중 발전소
- 곤충사육장 + 태양광
- 버섯재배사 + 태양광

선로 걱정 아시고 전화주세요!

당사에서는 **개발행위**(건축물 위 공작물 축조신고)를 **무료**로 해드립니다. (*건축물 구조진단 비용은 유료)

환경과에너지종합기술(주)
전기공사업면허 광주 제00988호

상담전화
전국대표 1544-1926
010-7614-1055
010-2845-4754