

## <NECA 공명 : 치아우식증에 대한 올바른 정보제공> ‘초기 치아우식증(충치)의 진단과 치료’에 관한 전문가 공동 합의문

□ 2021년 9월 8일(수), 치아우식증의 특징과 진단법, 치료방법, 치료시 고려사항에 대한 전문가 합의를 도출하였다.

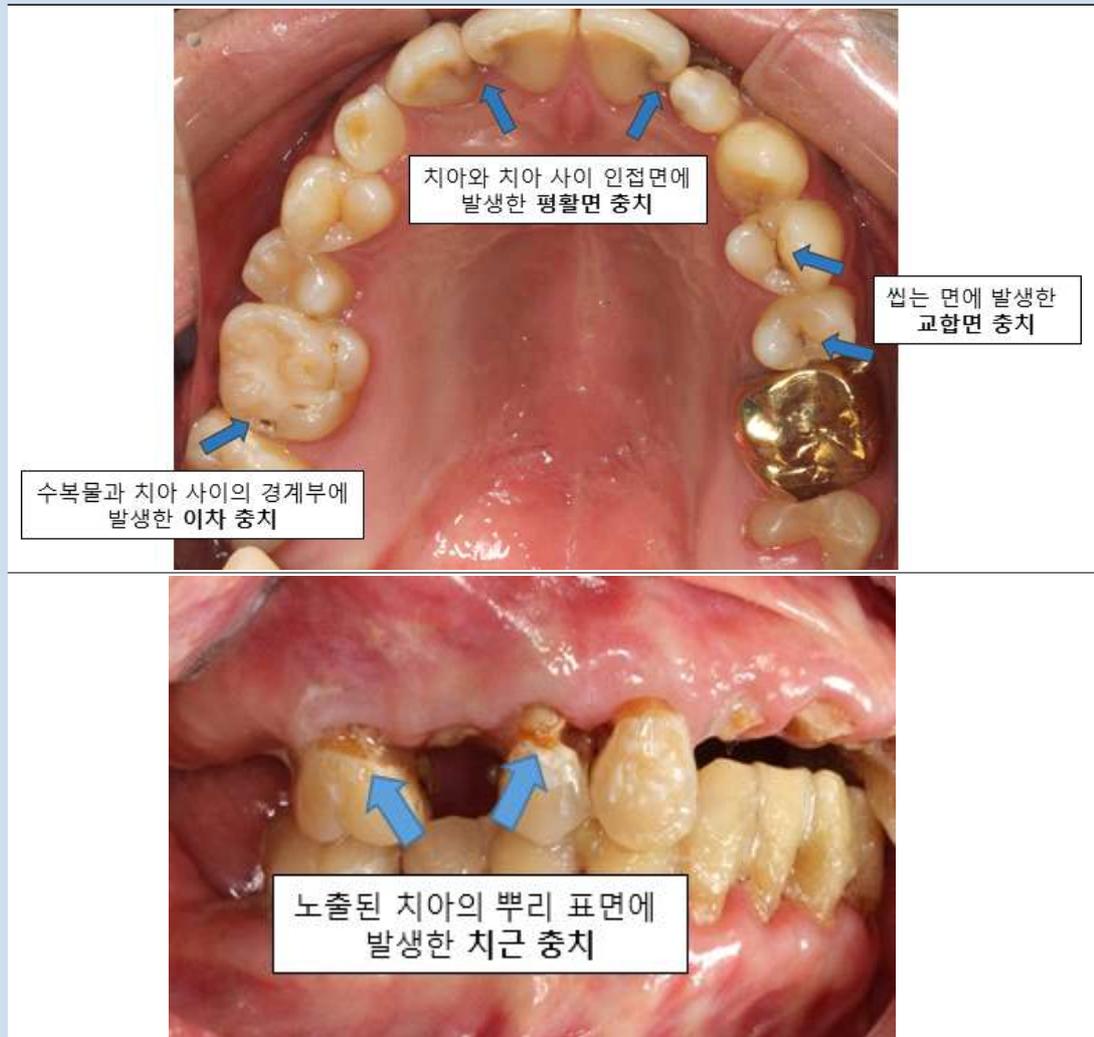
### 1. 치아우식증은 무엇이며, 어떻게 진행되는가?

- 충치(치아우식증)는 치아를 덮고 있는 치면세균막에서 생산된 산에 의하여 치아 표면의 광물질(미네랄)이 화학적으로 용해되어 치아 구조가 파괴되는 질환이다.
- 충치는 진행과정과 발생부위에 따라 다음과 같이 구분할 수 있다.
  - 진행과정> 충치는 연속된 일련의 과정이며, 진행과정에 따라 초기 충치와 진행된 충치로 구분할 수 있다.



- 충치의 자각증상으로는 음식을 씹거나 뜨거운 음식을 먹을 때 느껴지는 통증, 차거나 단 음식을 먹을 때 느껴지는 시림 등이 있으며, 충치가 많이 진행된 경우에는 가만히 있어도 심한 통증을 느낄 수도 있다.
- 자각증상이 나타나면 충치가 어느 정도 진행된 상황으로, 빠른 시일 내 치과에 방문하여 전문가의 진료를 받아야 한다.
- 진행된 충치에서는 치료를 위하여 충치로 손상된 치아를 깎아낼 수 있으므로, 충치를 초기에 발견하여 치아를 보존하는 것이 중요하다.

- 발생부위> 교합면 충치, 평활면 충치, 이차 충치, 치근 충치로 구분할 수 있다.



○ 자각증상이 있을 때(진행된 충치) 충치로 진단하고 치료하던 과거와 달리, 최근에는 충치의 치료보다는 예방이 강조됨에 따라 초기 충치도 질병으로 포함하고 있다.

## 2. 치아우식증의 진단은 어떻게 이뤄지는가?

○ 전통적으로 충치는 치과 의사의 눈이나 방사선(X-ray)으로 확인하거나, 탐침<sup>a</sup>을 이용하여 진단하였으며, 현재에도 가장 널리 활용되는 진단방법이다.

a. 탐침: 치아와 잇몸의 사이의 공간에 넣어 염증 정도를 확인하는 긴 바늘처럼 생긴 기구

○ 이는 어느 정도 진행된 충치를 진단하는데 유용하며, 초기충치의 경우 전통적인 진단방법만을 사용하면 진단이 모호해질 수 있어 치과 의사에 따라서 진단의 불일치가 발생할 수 있다.

- 이러한 한계를 극복하기 위하여 빛, 전기저항, 초음파를 활용하는 다양한 진단기술들이 개발되고 있으며, 일부는 치과 임상현장에서 활용되고 있다. 국내에서는 정량광 형광기술(Quantitative light-induced fluorescence, QLF)이 보건복지부에서 신의료기술로 인정받아, 만 5세 이상 12세 이하에서 건강보험 급여화가 시행되고 있다.

### 3. 치아우식증의 치료시기와 치료방법은 무엇이며, 어떠한 특징이 있는가?

- 충치 치료는 내부 신경 보호 및 치면 세균막 제거를 쉽게 하여 충치의 진행을 막기 위한 목적으로 시행되며, 진행정도에 따라 치료의 여부와 종류를 결정할 수 있다.
- 충치의 치료방법은 크게 침습적인 치료(치아를 깎아내는 치료)와 비침습적인 치료로 나뉜다.
  - 침습적인 치료 : 충치로 손상된 치아 부분을 깎아내고, 치아의 모양과 기능을 회복시키는 방법으로 대개 진행된 충치를 치료하는 방법으로 사용되며, 충치가 빠르게 진행하고 있거나 이미 치아 표면에 결함이 생긴 경우 적용함
  - 비침습적인 치료 : 올바른 칫솔질, 불소 도포, 치아홈 메우기 등 충치 예방법은 발생한 충치가 진행되는 것을 막아주는 역할도 하여 초기 충치의 치료 방법으로 추천되며, 초기 충치 관리를 위하여 정기적인 치과 방문이 필요함
- 충치의 진행은 발생부위, 환자의 나이, 건강상태, 위생상태에 따라 다르며, 이에 따라 충치 치료의 시기와 검진주기 또한 달라진다. 건강한 성인에서 일반적으로는 6~12개월 간격으로 치과 정기검진을 권한다. 어린이나 노인과 같이 구강 위생 관리에 어려움을 겪는 사람들은 3개월 간격으로 치과 정기검진을 권한다.
- 일상생활에서 충치를 예방하기 위한 방법은 다음과 같다.
  - 끈적이고 달달한 음식 섭취 빈도 줄이기
  - 구강이 건조할 경우 물과 채소를 자주 섭취하기 (건조증이 심할 경우 전문 의료진의 상담 필요)
  - 올바른 칫솔질하기 (닿이지 않는 곳이 없도록 구석구석 칫솔질하기)
  - 칫솔질이 서툴러 구강 위생 관리가 잘 안 되는 경우 전동 칫솔 사용이 효과적일

수도 있음

- 불소가 함유된 치약 사용하기
- 치실, 치간 칫솔 사용하여 치아 사이와 잇몸 틈에 남아 있는 음식물 찌꺼기 제거하기
- 정기적인 치과 검진 및 스케일링, 불소 도포 시행

#### 4. 치아우식증 치료시 고려 사항은 무엇인가?

- 충치는 환자의 나이가 적거나 많은 경우, 기저질환 등으로 건강하지 못한 경우, 구강 위생상태가 미흡한 경우 빠르게 진행되며, 이를 고려하여 충치에 취약한 정도에 따라 개인별 치료 계획을 수립할 수 있다.
- 대표적인 충치 발생의 고위험군으로는 **소아와 노인**이 있으며, 특징과 예방법 다음과 같다.

고위험군	특징	예방법
소아	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 소아·청소년기의 유치와 미성숙 영구치는 성인의 영구치에 비하여 법랑질과 상아질의 두께가 얇고 약하며, 치아가 잇몸에 덮여 있어 충치 발생에 취약함</li> <li>• 소아·청소년기의 충치는 성인에 비하여 진행속도가 약 2배 정도 빠르므로 조기에 발견하여 치료하는 것이 중요함</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3개월마다 치과 정기검진</li> <li>• 정기적인 불소 도포 및 어금니 치아홈메우기</li> <li>• 불소를 함유한 치약 사용</li> <li>• 최소 하루 2번 이상, 2분 이상 칫솔질</li> <li>• 치실 등 보조적인 기구를 사용하여 칫솔이 닿지 않는 부위의 꼼꼼한 관리</li> </ul>
노인	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 식습관의 변화와 단음식의 섭취 빈도가 높아짐</li> <li>• 노화와 치주질환으로 잇몸이 내려가면서 치근이 노출될 확률이 높아짐</li> <li>• 치아와 잇몸 사이의 공간이 넓어지면서 음식물이 잘 끼고 찌꺼기가 남아 있기 쉬움</li> <li>• 노화로 인한 침 분비의 감소, 만성질환으로 인한 여러 가지 약물 복용으로 구강 건조증이 발생함</li> <li>• 근골격계 질환 및 인지기능의</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3-6 개월마다 치과 정기검진</li> <li>• 정기적인 스케일링 및 불소 도포</li> <li>• 불소를 함유한 치약 사용</li> <li>• 최소 하루 2번 이상, 2분 이상 칫솔질</li> <li>• 치실, 치간 칫솔 등 보조적인 기구를 사용하여 칫솔이 닿지 않는 부위의 꼼꼼한 관리</li> <li>• 식습관 개선 및 당분 섭취를 제한</li> <li>• 구강 건조증을 예방하기 위하여 물을 많이 섭취하고, 무설탕</li> </ul>

감소 등으로 손놀림의 정교함이 떨어짐

- 잘 맞지 않는 틀니를 착용하거나 관리가 미흡할 경우가 있음
- 치아 마모, 손상 등으로 치아의 단단한 외부 조직이 소실됨

탕 껌 씹기, 술 줄이기

- 잘 맞지 않는 틀니 관리 및 틀니 주변의 치아 상태 점검
- 마모되거나 손상된 치아는 빠른 시일 내에 적절한 치료 받기

※ 본 합의문의 내용은 참여자 소속기관의 공식적인 견해와 다를 수 있으며, 문장 일부만을 발췌하여 사용할 수 없습니다.