노인의 구강건강과 삶

서울대학교 치의학대학원 예방치학교실 한동헌

dhhan73@gmail.com

전 세계적으로 노인 인구가 증가함에 따라 노인의 건강에 대한 관심도가 높아지게 되었고 노인에게 있어 구강건강이 전신건강에 결정적인 영향을 미치는 것으로 알려지면서 구강건강의 중요성이 주목받고 있다. 건강 문제 중에서도 구강건강은 신체의 건강의 일부로서 영양의 섭취 및 소화와 깊은 관련성을 가지고 있으며[6], 신체의 건강과 더불어 중요한 건강문제로 부각되고 있다. 구강건강은 신체적 건강을 반영할 수 있는 요소로 둘 사이의 연관성을 살펴보는 것은 노인의 복지 측면에서 매우 중요한 의미를 지닐 수 있다[1]. 노인들에 있어 저작이 어려울수록 일상생활을 수행하는 능력과 주관적인 삶의 질이 낮게 나타나고 우울증 등의 위험요소가 증가한다[2]. 특히 나이가 들수록 많이 나타나는 인지기능 장애[3], 알츠하이머[4], 치매[5] 등과 구강건강에 관한 많은 연구들이 활발하게 진행되고 있다.

구강질환은 한번 질병에 이환되면 원래 상태로 되돌릴 수 없는 만성적으로 진행되는 질환이므로 예방이 중요하고, 이미 질병에 이환된 치아는 조기 에 발견하고 치료하여야 하며 치료한 이후에는 정기적인 예방관리를 지속하여 재발을 방지해야 한다. 보건복지부에서는 21세기 구강보건정책의 일환으로 노인인구의 자연치 보유개수 20개를 목표로 2007년도부터 노인 불소겔 도포와 스켈링 사업 등을 실시하고 있다. 과거 일본에서도 8020캠페인을 펼쳐 자연치아 20개 보유율이 1993년도 10.9%에 불과하였던 것을 2005년도 24.1%까지 향상시켰다. 또한 20개 이상을 보유하고 있는 노인들에서 저작압을 비롯한 전반적인 신체 건강지수가 높았으며, 스스로 건강하다고 인지하고 있는 비율이 85%에 이르렀다[6].

노인들의 구강건강을 증진 및 유지하기 위하여 노인에게 적절한 노인구강보건사업 프로그램이 개발되어야 하는데 이러한 프로그램을 개발하려면 노인들이 스스로가 처해 있는 생활환경과 노인들이 느끼는 구강증상의 문제요인을 파악하고 계속적인 관리가 이루어질 수 있도록 노인구강보건사업의 개선 및 확대 시행이 되어야 한다.

---

1) Cho HA, Shin HS. Dental care utilization patterns by the status of ADL and IADL in the elderly. J Korean Acad Oral Health 2015;39:102-109.
2) Kimura Y, Ogawa H, Yoshihara A, Yamaga T, Tkiguchi T, Wada T, et al. Evaluation of chewing ability and its relationship with activities of daily living, depression, cognitive status and food intake in the community-dwelling elderly. Geriatr Gerontol Int 2013;13:718-725.
3) Takeuchi K, Izumi M, Furuta M, Takeshita T, Shibata Y, Kageyama S, Ganaha S, Yamashita Y. Posterior Teeth Occlusion Associated with Cognitive Function in Nursing Home Older Residents: A Cross-Sectional Observational Study. PLoS One 2015;10:e0141737.
4) Singhrao SK, Harding A, Simmons T, Robinson S, Kesavalu L, Crean S. Oral inflammation, tooth loss, risk factors, and association with progression of Alzheimer's disease. J Alzheimers Dis 2014;42:723-37.
5) Wu B, Fillenbaum GG, Plassman BL, Guo L. Association Between Oral Health and Cognitive Status: A Systematic Review. J Am Geriatr Soc 2016;64:739-51.
6) Yamanaka K , Nakagaki H , Morita I , Suzaki H , Hashimoto M , Sakai T. Comparison of the health condition between the 8020 achievers and the 8020 non-achievers. Int Dent J 2008;58:146-150.