

어르신의 틀니와 구강관리

영통베스트덴치과 원장 고석민

shugoi@hanmail.net

우리나라의 틀니 장착자율은 나이가 증가할수록 증가하여 75세 이상에서는 상악에 46.8%, 하악에 41.3%에서 틀니를 사용하고 있는 것으로 조사되었다(보건복지부, 2010 구강건강실태조사). 틀니는 착탈이 가능하므로 적절하게 관리한다면 청결 유지에 유리한 장치라고 알려져 있으나, 타인에게 알려지는 두려움 등으로 틀니를 빼지 않고 지내거나, 의식장애나 인지장애가 있는 환자에서 보호자가 틀니 사용 사실을 인식하지 못하고 입안에 방치되는 경우가 드물지 않다. 중증질환으로 급성기 병원에서 수술이나 입원 시에, 구강 내에서 제거된 틀니를 망각하여 사용하지 않으므로 써 폐용에 의한 저작근 퇴축이 섭식 장애의 원인이 되기도 한다. 따라서 환자 본인은 물론 보호자나 간병인은 틀니의 사용여부를 반드시 파악하고 있을 뿐만 아니라, 적절하게 사용하고 관리하는 방법을 숙지하여야 한다.

틀니를 사용하고 있는 경우에는 관리할 자연치아가 많지 않으므로 구강위생관리가 수월할 것으로 생각할 수 있으나, 틀니의 구조물이 구강 내 음식물 잔류를 증가시키고, 잔존치아나 보철물 한쪽에만 위생관리가 치우치거나, 아예 관리를 포기해 버리는 등 상황이 더 악화되는 경우가 많다. 틀니의 관리지도는 환자 본인 뿐만 아니라, 가족, 요양보호사, 시설의 스태프에게도 필요하다. 지도 시에는 단순히 설명에 그치지 말고, 의치의 탈착 방법이나 의치 및 잔존치아, 구강점막, 혀의 청소 방법을 환자와 보호자에게 실제로 시켜 보면서 방법을 설명한다.

틀니의 청소는 흐르는 물 아래에서 의치용 브러쉬로 닦아내는데, 이 때 치약에는 연마제가 들어 있기 때문에 사용하지 않는다. 의치를 떨어뜨려 의치가 파손되지 않도록 세면대에 물을 채워 놓고 그 위에서 청소한다. 원칙적으로 야간에는 틀니를 빼고 물속에 담가서 보관하고 다음날 아침에 물로 씻어서 장착하며, 보관함에 의치세정제를 풀어 놓으면 틀니의 오염이나 세균 번식을 줄일 수 있다. 틀니를 소독하기 위해 뜨거운 물에 담그거나 삶게 되면 변형의 원인이 되고, 표백제 사용으로 틀니가 부식될 수 있으므로 삼가해야 한다.

불결한 구강 내 환경으로 인한 세균 수 증가는 치매나 심혈관계 질환 등 전신질환과 연관성이 있다는 많은 연구보고가 있다. 고령자 사망의 주요 원인인 흡인성 폐렴의 원인균은 입안의 세균에서 유래하므로, 면역기능이나 영양상태가 저하되어 있는 고령자에서 구강위생관리는 매우 중요하다. 인간에게 먹는 행위는 영양 공급이라는 의미와 함께 신체적 정서적인 만족감을 얻을 수 있는 생명 유지에 가장 기본적인 욕구라 할 수 있다. 따라서 어르신 구강건강은 전신적 건강과 삶의 질을 향상시키는데 매우 중요하며, 본 강의에서는 고령자에게서 사용이 빈번한 틀니에 관하여 여러 사항들을 살펴보기로 한다.