

건강 칼럼

부정교합으로 대인기피... 소화불량 등 치아교정 필요

치아의 배열이 고르지 않은 이들을 보면 대부분 대인관계에 소극적인 경향을 띠는 것을 볼 수 있다. 웃는 얼굴에 대한 자신감이 없고 대화를 할 때도 치아를 보이지 않으려 노력하기 때문이다.

치아배열 문제는 건강에도 안 좋은 영향을 끼친다. 저작능력이 떨어져 소화기관에 부담을 주며, 균형 있는 안면 성장에 장애를 줄 수 있다. 이 외에도 칫솔질이 깨끗이 되지 않아 충치와 잇몸질환을 일으키며 입냄새의 원인이 되는 경우도 있다. 때문에 고르지 못한 치아로 건강과 대인관계에 어려움이 있다면 치아교정을 통해 치료하는 것이 좋다.

특히 최근에는 효과적이고 심미적으로도 개선된 장치들이 등장했는데, 그 종류에 대해 알아보자.

△'티 안 나는' 치아교정장치... 성인교정 증가

전체적으로 교정장치를 부착해 치료하는 시기는 대개 모든 영구치가 나온 후인 12~13세가 일반적이다. 성장기에 교정치료를 받는다면 단순한 치아배열의 교정뿐 아니라 턱뼈와 안면골의 정형적 치료가 가능하므로 보다 좋은 결과를 얻을 수 있다.

하지만 성인이라고 해서 치아교정의 시기를 놓친 것은 아니다. 심미성이 좋은 치아교정장치들이 개발되면서 사회생활을 하는데 불편함이 없이 교정할 수 있게 됐고 이에 따



백민정 선치과병원 치과 교정과 전문의

라 성인교정 비율도 늘어나고 있다. 특히 중요한 면접을 앞둔 취업준비생, 결혼을 준비하는 20~30대 여성, 영업직, 교사, 서비스 직종 등 많은 사람을 만나야 하는 직업을 가진 경우라면 더욱 심미적인 교정 장치의 필요성을 실감한다.

△티나지 않고 효과적인 투명·설측·세라믹교정 인기

최근에는 교정기술이 발달하고 한층 다양해진 치료방법들이 등장하면서 교정치료를 부담 없이 시작할 수 있게 됐다. 특히 치아교정장치가 잘 보이지 않는 투명교정, 설측교정, 세라믹교정이 인기다.

투명교정은 말 그대로 투명한 플라스틱 재료로 교정 장치를 만들어 아주 가까워서 보지 않는 한 교정 장치를 착용했는지 알기 어려운 정도로 심미적이다. 치아 안쪽에 교정 장치를 부착하는 설측교정은 미소를 지어도 앞쪽에서 잘 보이지 않아 자연스러워 보이는 것이 특징이다.

한편 세라믹교정은 치아표면에 붙이는 쇠붙이처럼 생긴 브라켓이라는 장치가 치아색과 유사한 색상의 단단한 세라믹으로 제작되어 있어 교정장치가 눈에 잘 띄지 않고, 메탈장치에서 색상만 바꾼 개념이기 때문에 비교적 저렴한 비용으로 치료할 수 있다는 점도 매력적인 부분이다.

교정장치를 이용한 치아교정의 기간은 그 방법과 환자의 상태에 따라 달라질 수 있으나 치아의 뿌리를 움직여 교정하기 때문에 보통 1년에서 2년 정도의 시간이 걸린다.

△라미네이트를 통한 급속심미교정으로 단기간에 교정 끝내

최근에는 단기간에 치아교정을 끝낼 수 있는 급속심미교정이 많은 관심을 받고 있는데, 치아이동이라는 성인들에게 특히 도움을 주고 있다. 평균적으로 1년에서 2년 가량이 진행되는 일반교정은 비용과 기간 문제가 걱정이 될 수 있다. 하지만 급속심미교정은 간단한 장

치를 부착해 문제가 되는 치아만을 빠르게 교정하는 부분교정을 하면서 라미네이트를 함께 진행해 치료 기간이 최소 6개월로 짧고, 라미네이트만 했을 때보다 치아표면을 덜 깎아내 치아건강에도 훨씬 도움이 된다. 3D 구강카메라를 이용해 치료 부위 치아를 스캔한 후 캐드캠으로 치아에 덧씌우는 보철물의 모형을 그래픽으로 디자인하기 때문에 개인 맞춤형 급속교정이 가능하다.

이 외에도 다양한 치아교정 장치가 있으니 개개인의 치아 상태나 라이프 스타일에 따라 전문의와의 상담 후 결정하는 것이 좋다.

△전문가의 협진과 정밀진단으로 맞춤교정 선택해야

치아교정은 개개인의 치아 상태에 따라 치료계획이 달라지기 때문에 만족스러운 치아교정을 원한다면 다양한 경험을 쌓은 치아교정 전문의와 상담을 통해 진행하는 것이 좋다. 치료 시작 전에 치과용 3D CT, V-Ceph(교정치료 전후 가상진단 프로그램) 등 디지털 장비를 이용한 정밀분석 및 진단을 통해 맞춤교정을 시행해야 한다.

뿐만 아니라 진단, 치료계획 수립 및 치료 진행과정 전반에서 교정과와 구강외과, 보철과 등 각 분야 전문의들의 포괄적 협진이 필요하다. 환자 역시 교정 중 주의사항과 정해진 치과 방문 일자를 지켜야 원하는 결과를 얻을 수 있다.

사설

노인회 상록풍선아트 봉사단

대한노인회 전북연합회 소속 상록풍선아트봉사단은 지난 6월 25일 전주시 덕진구 하가지구에 위치한 '하하호호주강보호센터'에서 봉사 활동을 했다. 봉사단원들은 먼저 도착하여 풍선 장식을 만들어 센터를 예쁘게 꾸몄다.

다 함께 노래 부르기 시작하자 봉사활동은 하모니카 연주, 그리고 옛날이야기를 들려드리며 어르신들의 흥을 돋우었다.

위기의 순간에 쓸 수 있는 건강 지압법도 전달했다. 이어 이정옥 단원은 104세 어르신도 따라 할 수 있도록 풍선아트를 쉽고, 게임처럼 재미있게 지도하였다. 센터 어르신들은 손수 만든 '풍선 칼'로 건강 체조를 따라 하며 '하하호호' 웃음꽃을 피웠다.

복지 교사로 구성된 '상록풍선아트봉사단'은 12년째 요양병원과 주간보호센터에서 봉사 활동을 꾸준히 실시하고 있다. 이들은 새로운 프로그램을 개발하고 더 많은 곳에 봉사활동을 하고 있다.

한편 대한노인회 전북연합회 상록풍선아트봉사단은 기노신코치와 함께 회원 20명으로 구성된 공연 활동을 펼친 우수 자원봉사클럽이다.

코로나19 때는 직접 방문하던 공연에서 zoom을 활용해 회원들의 자택에서 비대면 온라인으로 공연활동을 활발하게 펼치기도 했다.

움직이기 힘든 환자나 어르신들에게 조금이나마 활력이 넘치는 상황과 즐거움으로 위로를 전해드리기 위해 최선을 다하고 있다.

월 2회 요양병원과 주간보호센터 어르신들을 대상으로 실시간 온라인 공연을 하고 있으며 유튜브 NS풍선으로 봉사활동 영상을 정기적으로 업로드하고 있다.

전북연합회 노인자원봉사지원센터 장은경 센터장은 "재롭고 다양한 프로그램으로 행복한 노후와 즐거움을 나누는 상록풍선아트 봉사단의 지속적인 봉사활동에 감사한다."고 말했다.

2024년 여름부채기획초대전

'전주는 풍류다' 2024년 여름부채 기획 초대전이 7월 5일부터 11일까지 전북특별자치도 예술회관에서 열렸다. 이번 초대전은 사단법인 한국미술협회 전주지부가 주최했다.

이번 전시회에서는 전주의 대표적 전통 공예품인 부채를 통해 시원한 바람과 함께 전통문화의 아름다움을 경험할 수 있는 특별한 기회를 선사했다.

전주라는 이름만 들어도 우리는 그 풍류를 떠올린다. 시원한 전주천의 맑은 물결과 아름다운 전주 한옥마을, 그리고 깊은 정취를 지닌 전통 문화는 전주를 특별하게 만드는 요소다.

전주 부채는 특유의 가볍고 얇은 소재와 섬세한 장식으로 단순한 실용품이 아닌 예술 작품으로서의 가치를 지닌다. 무더위에 액운을 막고 복을 불러들이는 선조들의 지혜를 전시 작품들을 통해 생각할 수 있는 기회였다.

정인수 지부장은 "시원한 바

람과 함께 전통 문화를 만끽한다"고 소회를 밝혔다. 참여작가는 다음과 같다.

강금란, 강영순, 강외구, 강종래, 김강순, 김경이, 김나현, 김미숙, 김선강, 김선숙, 김순중, 김옥금, 김월산, 김은미, 김인선, 김인숙, 김인애, 김진호, 김태이, 김하영, 김하근, 김현미, 김희순, 나은희, 류수현, 류종필, 명안나, 문재성, 박경신, 박진균, 박종호, 박홍수, 배영숙, 백금자, 백사인, 서순영, 서혜순, 손경신, 송관엽, 송규상, 송영란, 송은섭, 신정화, 신철수, 안복희, 안순덕, 안은순, 양홍길, 오광석, 오규진, 오병기, 오우석, 위진수, 윤문순, 이경례, 이권호, 이금옥, 이미영, 이미중, 이상열, 이성기, 이성욱, 이순옥, 이연재, 이우평, 이일순, 이정희, 이태근, 이희경, 장정영, 정남선, 정명돈, 정은경, 정은숙, 정의주, 정인수, 정태희, 조 윤, 조희영, 진미란, 최동순, 최명덕, 최분아, 최우식, 최종국, 권성진, 한은주, 홍성모, 황 연, 황현호.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사진으로 보는 지구촌 소식

BTS 진, 2024 파리 올림픽 성화 봉송

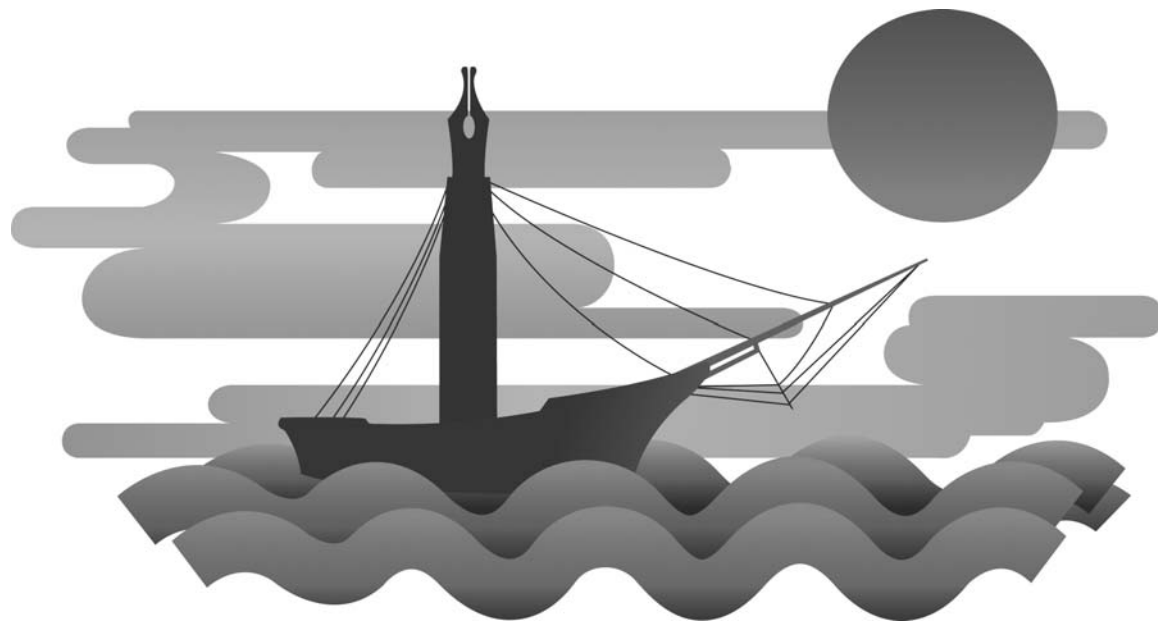


'방탄소년단'(BTS)의 맴형 진이 14일(현지시간) 프랑스 파리의 루브르박물관 앞에서 2024 파리 올림픽 성화 봉송대를 들고 있다. 최근 군복무를 마친 진은 올림픽 성화 봉송 주자로 나선다.

거리 행진하는 트럼프 지지자들



14일(현지시간) 미 캘리포니아주 헨팅턴비치에서 공화당 대선 후보인 도널드 트럼프 전 대통령 지지 집회가 열려 지지자들이 현수막 등을 들고 거리를 행진하고 있다.



용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지

"더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문"을 위해 전주매일의 전 직원들은 '전북 최고의 신문'을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다.

진정한 지방자치 발전을 위해 중앙지를 답습하는 행태를 벗어나 보다 깊이 있게 내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다.

당신의 가려움을 속 시원하게 긁어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심

전주매일