

건강 칼럼

적극적인 잇몸관리로 '블랙 트라이앵글' 예방하자

환하게 웃고 있는 미소는 아름답지만 무언가 이상하게 거슬릴 때가 있다. 바로 스치듯 보이는 치아의 검은색 부분이다.

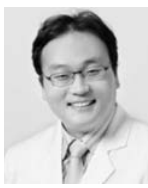
치아 사이의 검은색 삼각형, 일명 '블랙 트라이앵글'로 불리는 부분은 두 치아가 붙어 있는 부분과 잇몸 사이의 잇몸이 퇴축되면서 생기는 치아와 잇몸 사이의 빈 공간이다.

이런 블랙 트라이앵글은 미관상에도 좋지 않아 타인의 자선에 대한 호감도를 떨어뜨리며, 이를 방지했을 경우 심하면 치아를 상실할 수도 있다. 잇몸 건강이 악화되어 점차 잇몸과 치아 전반에 걸친 구강 건강의 문제로 발전할 수 있기 때문이다.

블랙 트라이앵글의 원인으로는 우선 노화를 들 수 있다. 치아와 잇몸이 노화되면서 잇몸이 점점 내려앉아 치아가 길게 보이기 시작하는

때 치아 사이의 검은 공간이 생기게 되는 것이다. 둘째로는 잇몸 질환이 원인이 된다. 입안의 세균에 의한 염증으로 잇몸 질환을 앓게 되면서 잇몸이 퇴축된다. 세번째로는 치아 교정으로 인해 생기는 것이다. 치아가 겹쳐 있어 원래 잘 보이지 않던 부분이 교정으로 인해 치아가 가시권해지면서 숨어 있던 빈 공간이 밖으로 드러나게 되는 것이다. 그 외의 원인으로는 잇몸을 악화시키는 흡연과 양

쪽으로 문지르듯이 하는 잘못된 양치 습관을 꼽을 수 있다. 이렇듯 노화와 평소의 생활 습관이 가져오는 블랙 트라이앵글은 치아 및 잇몸 관리가 중요하다. 올바른 양치질로 잇몸을 상하게 하지 말고, 치실과 치간 칫솔을 사용하여 칫솔질로 닿지 않는 입안 구석까지 청결 상태를 유지해 입안의 세균의 번식을 막고 치아와 잇몸을 건강하게 유지해야 한다. 또 정기적인 구강 검진과 스켈링을 통해 치석과 치태를 제거하고



문대웅 강남연세치과 원장

금연도 중요하다. 이미 블랙 트라이앵글이 생긴 경우라면, 잇몸 치료를 통하여 잇몸 건강을 회복할 수 있다.

잇몸이 악화되기 시작한다는 것은 잇몸 질환이 어느 정도 진행됐다는 것이기 때문에 잇몸을 튼튼히 하는 기초 작업을 다시 해야 한다.

이외에도 레진이나 라미네이트, 올세라믹과 같은 치료 방법을 사용할 수 있다. 레진으로 공간 사이를 붙여서 해결하거나, 라미네이트나 올세라믹과 같은 보철 치료로 치아를 약간 삭제한 후 치아 교정, 치아 모양 및 미백까지 해결할 수 있는 방법이 있으니 장단점을 잘 비교하여 자신에게 맞는 치료 과정을 선택할 수 있다.

초반에 아프지 않다고 대수롭지 않게 생각하거나 노화로 인한 당연한 현상 중의 하나로 생각하지 말고, 꼼꼼한 치아와 잇몸 관리를 실천해야 할 것이다.

독자제언

청소년 성매매 채팅앱 대책 마련해야

최근 유명 국회의원의 아들이 SNS를 통해 청소년 성매매를 했다는 의혹이 불거지면서 누리꾼들의 질타를 받았다.

스마트폰 채팅앱을 보면 가솔청소년을 암시하는 글을 다수 볼 수 있다. 여성가족부에서 조사한 성매매에 악용이 우려되는 채팅앱이 39개에 달하고 있으며, 이들은 별도의 성인인증 절차 없이 운영됨에 따라 가솔청소년의 접근이 용이하여 감금, 성매매강요 등 제2차 범죄까지 이어질 우려가 높다.

최근, 경찰청에서 발표한 자료에 따르면 5년간 청소년 성매매로 검거된 인원이 3678명에 이른다고 한다. 2012년 1048명, 2013년 823명, 2014년 760명, 2015년 710명, 2016년 5월까지 337명으로 매년 감소추세이긴 하지만 심각한 사회문제로 자리 잡고 있다.

청소년은 성적 이해가 부족하고, 불법인지 모르고 성매매를 하는 경우가 많은 만큼 스마트폰 채팅앱에 대한 성인인증 절차강화 및 채팅앱 운영자에 대한 청소년보호 의무조항 신설 등 청소년 성매매 유입 환경 차단을 우선시하고, 아울러 아동·청소년 성매수남에 대한 엄중한 처벌, 청소년 성매매여성에 대한 보호활동 및 교육을 통한 윤리의식 확립 등 어른들의 관심이 시급한 때이다.

청소년 성매매는 불법행위일 뿐만 아니라 인권침해 행위이고, 내가 속해있는 가정과 사회에 직접적인 영향을 주는 심각한 문제인 만큼 사회 구성원 모두가 청소년들은 나의 가족, 나의 조카라는 생각을 가지고 청소년 성매매 근절 노력에 다 같이 동참해야 한다.

박재원 전북경찰청 경찰관기동대 순경

독자제언

서민의 마음을 울리는 수확철 농산물 절도

하늘이 높고 활동하기 가장 좋은 천고마비의 계절이 왔다. 그러나 이 좋은 계절 수확철에 농산물 절도가 가장 많이 발생하고 있어 이맘때가 농산물 절도예방에 주의가 절실히 요구되는 때이다.

최근 들어 고추, 참깨, 콩, 사과 등 농산물이 줄줄이 수확되고 있다. 경찰은 농민들이 뜨거운 태양아래서 땀 흘려 생산한 농산물을 지켜야 한다는 사명감으로 농산물 절도 예방에 박차를 가하고 있다.

그러나 순찰을 돌다보면 밤늦은 시간대에도 비닐하우스 시정장치를 하지 않고 활짝 열어두거나 도로변 등 야외에 농산물을 야적하는 것을 많이 보게 된다.

이에 따라 CCTV 설치 권유, 도난 피해 예방 마을 방송, 농산물 창고 수시 순찰 등 절도예방에 최선을 다하고 있지만 경찰력만으로는 역부족인 것이 사실이다.

이에 농민들 스스로 주변을 잘 살펴 수상하다고 판단되면 즉시 112나 인근 파출소에 신고해야 할 것이며 농민 스스로 자신이 가진 농산물을 지키는 지구책도 필요하다고 생각한다. 농산물 절도 예방을 위해 다음과 같은 몇 가지 예방 수칙을 지켜 스스로 소중한 재산을 보호하기 바란다.

첫째, 1농사 1카메라 달기 운동에 적극 참여하자.

둘째, 집을 비울 때 농산물 보관창고 시정은 물론 경찰관서에 빈집사전 신고제를 철저히 이행하자.

셋째, 도로변에 농산물을 야적하는 행위는 삼가자.

농산물 절도는 재산상 피해도 크지만 무엇보다도 농민들의 마음을 울리고 큰 상처를 남기는 일이다. 때문에 예방이 최우선임을 잊지 말고 농산물 관리에 많은 관심을 가지고 주의를 기울이도록 하자.

백요섭 고창경찰서 흥덕파출소 순경

전주매일

독자 여러분의 의견이 담긴 기고와 투고를 기다립니다.

(우)560-912 전북 전주시 완산구 서노송동 568-80 승주빌딩 4층

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

전주매일 전자신문 www.jjmaeil.com

사설

재정분권 7대 3과 6대 4에 대비해야

문재인 정부의 행보가 과격적이다. 지방자치 분권 5년에 대한 밑그림을 발표했는데 그 내용이 그렇다. 자치입법이며 행정이며 재정이며 복지 등 4대 지방자치권에 대한 헌법화를 밝혔는데 어떻게 반응해야 할지 잠시 생각해볼 필요가 있다. 그 빛과 그림자가 너무나 대조적으로 뚜렷하기 때문이다. 지방 분권을 강화한다는 점에서는 일단 긍정적이지만 그것은 표피적인 것일 뿐이다. 후에 벌어질 사태를 생각하면 답답한 일이 아닐 수 없다.

문재인 대통령은 지방정부에게 많은 역할을 주려고 있지만 그게 마냥 반가운 일만은 아니다. 재정분권 7대 3은 국세와 지방세 7대 3을 의미하기 때문이다. 전북도는 지역 경제의 현주소를 생각해 봐야 한다. 도민들은 이제 아무래도 불행지수를 더 말할 수밖에 없게 됐다. 전북도는 그것을 익히 잘 알고 있을 것이다. 재정자립도가 전국 최하위 수준이니 말이다.

현재 한국 전체의 가계부채가 위험 수준인데 전북 도민들의 가계부채는 더 말할 나위가 없다. 이 딱한 현실을 고민하지 않는다 면 말이 안 된다. 전북도는 지난

날 장밋빛 전망을 말했지만 그 화려했던 기대들이 모두 다 어디로 갔는지 모르겠다. 많은 희망을 말했지만 현실은 녹록치 않다. 앞으로 관철이될 거라는 전망을 말했음에도 전북 경제의 현실은 말 그대로 속된 감정 끝이다. 경제 성장을 전망치가 흐린 채로 있는데 이대로는 희망을 말할 수가 없다. 그런데 문재인 정부는 장기적으로 재정 분권 6대 4 방침을 말하고 있다.

전북도는 긴장해야 한다. 해결책을 찾아 대비하고 있어야 한다는 주문이다. 이번에 SOC 예산이 대폭으로 늘기를 기대했는데 오히려 올해의 그것보다 당히 줄었던 것은 두루 잘 알려진 사실이다. 문재인 정부의 예산 정책 기조가 그렇다면 문제가 아닐 수 없다. 이렇다기에는 7조원 예산 시대 개막은 고사하고 자체적으로 살림살이 경비를 마련하기 위해 예를 먹을 수밖에 없게 됐다. 그러면 지역 경제에 타격을 받을 것이고 젊은이들이 한결같이 고대하는 일자리 창출도 타격을 받을 게 뻔하다. 전북도는 현재도 너무 많은 부채를 지고 있는데 설상가상이 아닐 수 없다.

삼락농정 오래됐는데 농가소득은 제자리

전북도는 삼락농정의 현황을 파악해야겠다. 당면 현안에 몰입하겠다는 농업분야의 핵심 과제를 말한 지도 이제 상당한 세월이 지났다. 우리 전북지역이 전통적으로 오랜 농도라고 일컬어지고 있지만 그게 현실에서는 좀 모호하다. 지금도 많은 농가가 있다지만 농촌 인구 유출이 만만치 않기 때문이다. 전북도는 때때마다 농업인을 위한 정책을 말해왔지만 현실에는 늘 그 약발이 약하다.

삼락농정의 역사가 오래인데도 농민들은 그효과를 실감할 수 없다는 평가가 나오는 것은 바로 그 때문일 것이다. 전북도는 삼락농정 구상을 발표했던 때를 회상해야 한다. 전북도가 말했던 삼락농정이란 전북도가 발표했다. 그대 로이다. '보람 찾는 농민' '제 값 받는 농업' '사람 찾는 농촌'이 그 목표이다. 전북도는 오래전에 150개 중점사업을 선정하고 55개 신규 사업도 발굴해 거액을 투자한다는 방침을 밝힌 바 있다. 이제 그 실적을 구체적으로 보여줬으면 하는데 그게 언제 쯤이 될지 지금으로서는 난망하다. 삼락농정을 펼친지 오래됐는데 농가 소득

은 제 자리라는 보도가 나오고 있는 실정이니 말이다.

전북도는 삼락농정에 관심의 초점을 맞추어야 한다. 도정 최우선 과제라고 여러 번 밝혔으니 하는 말이다. 도내 농가들의 현실을 보면 삼락농정의 실현이 말처럼 쉬운 것만은 아니기 때문이다. 오늘날 농업은 다른 산업과 비교해 갈수록 쇠락의 길을 거듭하고 있는 게 사실이다. 농사에 보람을 찾으려는 이가 드물고, 농산물이 소비 시장에서 제 값을 받는 경우도 드물다.

전북도는 정직해야한다. 정부로부터 삼락농정에 대해 평가를 받은 전력이 있다해도 도내 농가들은 그에 공감하지 않고 있다. 삼락농정의 성공은 도내 농민들이 평가할 일이지 정부의 높은 이들이 판단해줄 일은 아니지않다. 전북도의 삼락농정의 비전은 지금도 그렇지만 앞으로도 늘 살아서 팔팔해야 한다. 삼락농정의 목표를 실현하기 위해서는 전북도는 발상을 전환해야 한다. 삼락농정이 목표를 실현하기 위해 농가에 실익되는 쪽으로 전북도는 과감한 행보를 보여주기 바란다.

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 형태를 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 굴러겠다는 약속을 드립니다.

