

임플란트의 세계적인 이름
“오스템”



CellNest Surface of GS II fixture

- Cell이 선호하는 2~3 μ m의 적절한 Pore 형성
- 200 μ m Micro Thread 구현에 의한 Cell의 조기 부착효과
- Titanium의 금속이온노출을 완전히 차단
- 표면에너지 강화로 Blood protein 흡착력 증대



즐거움 치과생활

즐거움 치과생활

Spring & Summer 2007



Cover Story

건치연예인 고주원

고공산책

景福宮

Dental Common Sense

치과 치료, 기본으로 돌아가기

Seoul Dental Association

2007 | Vol. 144

서울특별시치과의사회

의치(틀니) 세정은 클리덴트-e에 맡기세요



**치과의사 선생님,
지금 전화주세요!**
의치(틀니) 전문세정제 클리덴트-e를
의치 사용자들에게 나눠 드릴 수 있도록
샘플을 보내드립니다.
☎ 920-8623

**클리덴트-e의 분해효소와 세정성분이
음식물 찌꺼기는 물론, 세균과 냄새까지 말끔히 제거해 줍니다**

- 단백질 분해효소와 세정성분이 음식물 찌꺼기를 제거
- 천연 구취제거성분인 플라보노이드가 의치의 냄새 제거
- 의치성구내염·구취의 원인이 되는 세균 제거

제품문의 02) 920-8623

의치(틀니)세정제
클리덴트[®]-e
발포정

의치와 잇몸사이의 틈을 메워주는 의치접착제

1회 1정 5분이면 OK!



金보다 귀한 정신



8만여 장의 경판에 새겨진
5천 2백만자 안팎의 글자 중
단 한자의 오라도 허용치 않았던
우리네 선조들의 “一字三拜” 장인정신-
그 정신이 위대한 유산을 탄생시켰습니다.
순수 치과용 합금, 골드니안은
완벽한 품질을 얻기 위해
0.01%의 미량의 원소까지도
세심하게 엄선하여 만들었습니다.
고객의 신뢰를 금보다도 귀하게!
골드니안을 만드는 신흥의 정신입니다.

작은 믿음도 소중하게, 골드니안

Contents

즐거운
치과생활

Vol. 144
Spring & Summer 2007



10



26



40

- 8 서울특별시치과의사회 연혁
- 9 인사말
- 10 **Cover Story** - 건치연예인 고주원
- 12 봉사하는 치과의사 - 서울여자치과의사회
- 16 **Art** - 휴과 함께 공감하다! 도예가 이영호 & 치과의사 서학원
- 18 **Travel & Joy**
수종사에서 즐기는 다도(茶道)의 즐거움
- 22 Dental C.S.I.
- 26 치아에 좋은 음식
- 28 카툰
- 29 **치과상식** - 치과 치료, 기본으로 돌아가기
- 40 즐거운 치과의사 - DDS밴드



22

'GC'

GC Tooth Mousse

치과의사 및 치과위생사의 지도하에 사용하는 구강관리제품

치아에 직접 바르는
우리가족
치아영양크림



치아에 직접 바르는 치아영양크림

시린이, 손상된 치아, 산성화된 구강을 회복시키는 **CPP-ACP**

GC Tooth Mousse는 CPP-ACP를 주성분으로 하는 치아영양크림으로 산성화된 구강 환경으로인해 발생하는 Caries risk를 감소시키는 새로운 개념의 구강관리제품입니다.

'GC' GC KOREA CO., LTD.

120-708 서울시 서대문구 충정로3가 222 (골든브릿지빌딩)
전화 : (02)313-2272 | 팩스 : (02)313-2275 | 수신자부담전화 : 080-313-7979 | <http://www.gckorea.co.kr>

Contents

즐거운
치과생활

Vol. 144
Spring & Summer 2007



68



44



52

44	고궁산책 - 景福宮
52	Book - 정철민 원장이 소개하는 책 안동림의<이 한 장의 명반>
54	진짜 · 眞 · Really ?
56	영화 속 치과이야기 - 니모를 찾아서
58	새로운 치과치료법 - 이갈이와 이악물기 치료
68	World Tour - 아시아 페스티벌
74	자일리톨
76	올바른 치과상식
82	포스터와 글짓기
84	Photo News
85	Dental News
86	편집후기
87	Editor's Letter



76



맛있는 자산관리

드시기만 하십시오
저희가 준비하겠습니다!

고객님의 진실한 파트너, 개인자산관리서비스 - KAMP

- **투자설계** 고객님의 현재자산을 가장 적절히 이용하여 원하시는 재정적 목표를 이루실 수 있도록 최적의 컨설팅 서비스를 제공합니다.
- **중여상속 및 은퇴설계** 고객님의 소중한 자산의 손실을 최소화 하는 중여상속 Plan의 수립과 그 이후의 풍요로운 노후생활을 위한 현명한 방법을 제안해 드립니다.
- **위험설계** 고객님의 발생가능한 수많은 리스크에 적절히 대응할 수 있는 종합적인 위험설계 방안을 제공합니다.
- **세무관리** 세금에 대한 법률적인 이해에서부터 실질적인 절세상품의 이용방법까지 세밀한 절세 방안을 제공해 드립니다.

서울특별시치과의사회 연혁

- 1925** 경성치과의학교 제 1회 졸업생이 배출돼 함석태·안중서·김용진·최영식·박준영·조동철·김연권 등 7인이 친목단체 성격의 한성치과의사회(회장 함석태)를 조직함.
- 1942** 조선총독부의 방침에 따라 한국인만으로 조직되었던 한성치과의사회는 10월 1일 일본인 중심으로 조직됐던 경성치과의사회와 통합, 창립총회를 갖게 되었으며, 그 명칭도 경성치과의사회로 부르게 되었음.
- 1945** 해방 후 순수한 한국인으로만 회를 운영하여 오다가 12월 16일 명칭을 한성치과의사회로 개칭하고 창립총회를 개최하였음.
- 1946** 12월 22일 회 명칭을 '서울시치과의사회(회장 김용진)'로 개칭함.
- 1952** 당시 국민의료법 제 54조에 의거, 서울특별시치과의사회가 설립되고 5월 18일 제 1회 정기총회(창립총회)를 개최함.
- 1953** 1945년 해방 후 초등학교를 비롯하여 무의촌을 순회하며 구강검사 및 무료진료를 실시하였으며, 이 행사가 정기적으로 실시됨에 따라 6월 9일을 기해 구강보건주간을 설정하고 기념행사를 개최기로 하였음.
- 1958** 본회 기관지 '치과회보' 창간.
- 1960** 11월 4일 종로구 낙원동에 소재한 치협회관에 본회 사무국을 개설함.
- 1971** 치협이 영등포구 영등포동에 회관을 신축, 이전함에 따라 본회도 함께 이전함.
- 1987** 본회에서는 매년 구강보건행사 기간(6월 9~15일 : 1주일간)을 맞이하여 각종 시상식 행사와 계몽활동을 전개함. 특히 87년부터는 '치과문화제전'을 신설했으며 치과의사와 국민들간의 용화를 다짐하는 계기를 만들기 위하여 '제 1회 치과인문화제'를 세종문화회관 전시장에서 개최함.
- 1990** '치과회보'의 내용을 개편하여 환자와 함께 보는 '즐거운 치과생활'을 매월 1회씩 발행하게 되었음.
- 1993** 치협에서 현재 위치한 성동구 송정동 소재 현 회관의 구입을 결정함에 따라 본회에서는 이와 관련, 12월 8일 임시대의원총회를 통해 현 회관으로 입주하기로 결정함. 9월 본회 기관지 '서치뉴스'를 창간하였고 공보처의 인가(94년 10월)를 받아 매월 2회씩 발행함.
- 1994** 12월 6일 성동구 송정동 소재 현 회관으로 이전입주함.
- 1996** 서울시치과의사회 회사(70년사) 및 서울치과지도(Dental Atlas)를 발간함. 소년·소녀가장 무료진료 결연사업을 대국민 봉사역점사업으로 추진함. '즐거운 치과생활' 매년 1회씩 개편호 발간.
- 1997** 서울시치과의사회 인터넷 홈페이지 개설. [www.sda.or.kr]
- 2000** 9월 본회 기관지를 '서치신문'으로 변경하고 격주로 발행함.
- 2001** 6월 제 1회 서울국제치과기자재전시회 (Seoul International Dental Exhibition 2001) 개최.
- 2003** 1월 본회 기관지를 '치과신문'으로 변경하고 4월 전국매포를 실시함. 6월 구강보건주간을 맞아 장애인과 함께 하는 시민건강대회와 제 2회 서울국제치과기자재전시회 (Seoul International Dental Exhibition 2003) 개최.
- 2004** 6월 제 2회 장애인과 함께 하는 시민건강대회 개최.
- 2004** 10월 제 5회 치과인 문화제 개최.
- 2006** 6월 치아의 날 기념 '치아사랑 시민건강대회'와 제 4회 서울국제치과기자재전시회 (Seoul International Dental Exhibition 2006) 개최.
- 2007** 올해로 창립 82돌을 맞는 본회는 산하에 25개 구회가 있으며 4,000여명의 회원이 있음.



2007년 통권 144호

발행처 서울특별시치과의사회
서울시 성동구 송정동 81-7
(우133-837)
Tel / 02-498-9142~6
Fax / 02-498-9147
Homepage / www.sda.or.kr
E-mail / news@sda.or.kr

발행인 김성옥
편집인 최영림
공보위원 김석훈 / 장세영
윤은희 / 장정미
편집부 최학주 / 김영희 / 조철희
안유정 / 문혜영
광고 신동언 / 송재창 Tel / 02-498-9142
제작 리즈디자인 Tel / 02-3462-5554
사진 Studio Soo
인쇄 (주)서진인쇄

즐거운 치과생활에 게재된 글과 사진은 무단복제를 금합니다.

치과생활에 관한 모든 것이 담겨 있는 서울특별시치과의사회의 교양정보지 '즐거운 치과생활'이 더욱 새로운 모습으로 독자들을 찾아뵙게 되었습니다. '즐거운 치과생활' 2007년도 봄여름호 발간에 즈음하여 저 역시 새로운 마음가짐으로 환자 여러분과 회원 여러분께 인사를 드립니다.

독자 여러분의 뜨거운 관심과 사랑으로 지난해 연 2회 발행으로 확대 개편된 이후 2007년 봄여름호에서는 보다 알차고 신선한 내용으로 독자 여러분께 즐거움을 드리하고자 합니다.

지금까지 회원과 시민의 가교역할을 자임해온 '즐거운 치과생활'은 앞으로도 기대에 어긋나지 않도록 더욱 성실하고 진솔한 지면으로 찾아뵙는 것을 약속드립니다.

'세상을 다 가져도 건강을 잃으면 아무 소용이 없다'는 말이 있습니다. 그만큼 건강이 중요하다는 말입니다. 그리고 건강의 기본은 무엇보다 치아 건강에 있습니다.

치아는 음식물 섭취와 소화, 발음 등에 있어서 중요한 역할을 합니다. 특히 치아는 사람의 첫인상을 좌우하기 때문에 미용적 측면에서도 매우 중요한 신체기관입니다. 그렇기에 치아 건강은 아무리 강조해도 지나치지 않습니다.

서울특별시치과의사회는 국민 구강보건을 위해 최선의 노력을 다하고 있습니다. 양질의 의료서비스를 국민 여러분께 제공하는 것 외에도 저소득층 노인 무료진료사업 등 다양한 봉사활동을 펼치고 있습니다.

서울시립장애인치과병원을 통해서도 장애인 구강건강 증진을 위해 최대한의 노력을 기울이고 있습니다. 국민 여러분께서 우리 치과의료인들에게 보내주시는 신뢰와 사랑에 보답하고자 항상 애쓰고 있습니다.

'즐거운 치과생활'은 우리 치과의료인들이 국민 여러분께 전해드리는 애정 어린 마음이기도 합니다. 아무쪼록 이 책을 통해서 환자와 의사, 국민과 치과의료인의 거리를 보다 가까이 좁히고, 끈끈한 신뢰를 쌓게 되기를 진심으로 바라마지 않습니다.

이울러 아낌없는 관심과 열정으로 제작과정에 참여해 주신 모든 분들께도 감사의 말씀을 전합니다.

서울특별시치과의사회 회장 김성옥



치아관리요? 정기적인 스케일링이 최고죠!

건치연예인 **고주원**

2006년 KBS 주말 연속극 '소문난 칠공주'의 '유일한' 역으로 많은 여성 팬들의 관심을 끌어 모았던 탤런트 고주원. 작년 한 해는 고주원에게 안방극장으로부터 많은 주목을 받은 한 해이기도 하지만, 치과 의사로부터도 '2006년 건치연예인'으로 선발되어 많은 관심을 받은 한 해였다. 소리 내어 크게 웃는 것보다 살짝 뜬 미소가 잘 어울리는 부드러운 남자 고주원에게 건치연예인이 된 소감을 들어봤다.

진행_최영림 편집인 • 정리_문혜영 • 사진_한제원



“무척 기분이 좋았습니다! 많은 치과 의사 선생님들이 좋게 생각해 주셔서 정말 기뻐요.” 건치연예인으로 선발된 고주원의 소감은 한마디로 간단했다. 그저 알고 지내는 지인들에게도 좋은 사람으로 인정 받는다는 것이 기뻐텐데, 하물며 치과 의사들로부터 좋은 치아를 가졌다고 선발됐다면 그도 당연하다. 게다가 요즘 연예인이라면 ‘예쁜 치아’ 정도는 기본일진데 그 가운데서도 아주 ‘건강한 치아’라고 선정되었으니 말이다. 겸손함을 잃지 않으며 기쁜 마음을 표현하는 고주원은 특유의 부드러운 미소를 지어 보인다. 건치연예인 선정 이후에는 자기 자신을 모니터링 할 때나 다른 연예인들의 모습을 볼 때 치아를 좀 더 유심히 보는 습관이 생겼단다.

“사실 치아 관리를 위한 ‘특별한 비법’ 같은 것은 없어요. 교정을 해 본 적도 없습니다. 그저 어릴 때부터 하루 세 번씩 꼬박꼬박 칫솔질을 잘 한 것 같아요” 공부에서 1등한 사람들에게 어떻게 공부했냐고 물어보면, 대개 특별한 비법은 없고 책 많이 읽고 교과서 보고 예습 복습 잘 했다고 대답하는 것처럼, 고주원은 건강한 치아를 위한 기본 수칙인 ‘세 번 칫솔질’을 잘 했다는 것 밖에는 없단다. 학교 사물함에 치약과 칫솔을 준비해 놓고 식사 후에는 항상 칫솔질을 했던 ‘깔끔한 소년’이 이제 멋진 남자가 되어서도 식사 후에는 반드시 칫솔질을 하는 것으로 치아관리를 한다고.

“정기적인 스케일링으로 치아 상태를 검진 받죠. 물론 연예인이 되어서 2년 전쯤 미백 관리를 한 번 받은 적이 있습니다.” 검은 피부와 대조를 이루며 유난히 깨끗하고 하얗게 빛나는 치아는 부모님께 물려받은 건강한 치아와 잇몸을 기본으로, 요즘 많이 시행하고 있는 ‘미백관리’와 ‘정기적인 스케일링’ 덕이라고 한다. 사실 미백관리를 받기 전에도 고주원은 치아 때문에 별다른 신경을 써 본 적이 없을 정도로 깨끗하고 건강한 치아를 가졌던 터라 관리 후에 그렇게 큰 이미지 변화가 있었던 것은 아니지만, 예전보다 훨씬 더 깨끗한 느낌이 들어서 무척 만족스럽다고.

“내가 먼저 편한 마음으로 치과를 찾게 되면 치과가 더 이상 공포의 대상이 아니라 이 제목처럼 ‘즐거운 치과생활’을 할 수 있을 것 같습니다.” 고주원 역시 치과에서 나는 드릴 소리가 ‘너무 공포스러웠다’고 한다. 영구치가 나기 전 한번은 치통으로 너무 고통을 해 그 이후에는 칫솔질도 잘하고 미리 치과도 잘 가는 착한 소년이 됐고, 덕분에 이제는 치과를 가는 것이 무섭지도 않고 치과를 다녀오면 ‘참 좋다’는 느낌이 든단다. 그래서 많은 이들에게 치아관리는 아프기 전, 종합검진으로 건강을 미리 체크하듯 주기적으로 검진 받기를 권장하고 싶다고. 그래야 아픔 없이 즐거운 치과생활을 할 수 있다고 말이다.

“계속해서 드라마에서 여러분을 뵙게 될 것 같습니다.” 지난해 누구보다 바쁘게 지냈던 그는 2007년 또 다른 고주원의 모습으로 사람들을 만나기 위해 자신을 담금질하고 있다. 무엇보다 건강관리를 위해 조깅과 헬스로 몸을 트레이닝하고 이미지 변신을 위해 조금씩 자신을 변신 중이다. 스타로서 어떤 과시도 없이 ‘한결같이 단정한 모습과 인품’으로 주위의 스타들에게 인정 받고 있는 그의 앞으로의 행보에도 한결 같은 행운이 함께 하기를 빈다. **한제원**



Cover Story



나눔으로
아름다운 세상 꿈꾸는
'서울여자치과의사회'



童心

“어서 오세요! 찾아 오시느라 힘드셨죠.”

따뜻하고 다정한 수녀님의 인사. 그와 함께 열심히 무언가 주고 받으며 확인을 하고 있는 듯한 한 무리의 온화한 인상의 여성들이 보였다. 오늘의 취재원인 서울여자치과의사회 회원들임을 짐작할 수 있었다. 따뜻한 수녀님의 얼굴과 대부분 기혼여성임에도 불구하고 소중한 가족과의 시간을 반납한 채 이곳 아이들을 위해 시간을 낸 회원들을 보니 갑자기 지금까지 투덜댄 것이 멀썩해졌다.

안타까운 사연 때문에 우리들의 소중한 아이들임에도 불구하고 한 가정에서 자라나지 못하는 아이들의 보금자리인 '서울시립 소년의 집'. 마리아수녀회에서 운영하는 이곳에는 모두 1,000여 명의 어린이들이 있어 언제나 크고 작은 도움의 손길이 필요한 곳이다. 이 사랑의 공동체에 한 달에 한 두 번씩 치과 의사로서 전문적인 의료봉사를 하고 있는 서울여자치과의사회 회원들이 있어 동행취재를 해봤다.

진행_ 문혜영 · 사진_ 전상률

열댓 명의 여자 치과 의사들은 봉사활동을 담당하고 있는 이서영 선생님의 지시에 따라 일사불란하게 일을 시작했다. 사실 별 다른 지시가 없었지만, 이미 오래전부터 한 달에 한 두 번씩 해왔던 일이 어서인지 지정된 장소와 짝을 이뤄 함께 할 선생님들만 배정해주면 됐다.

“3층에 미카엘, 라파엘 집에는요, 김 회장님이랑 두 분 선생님이 수고해 주시고요. 6층, 7층 아오스팅이랑 가브리엘 집에는 장 선생님 이랑 두 분이 가셔서 교육 좀 해주세요. 그리고 강 선생님이랑 홍 선생님은 저랑 2층이랑 5층 집을 함께 해요. 아 참, 불소도포 해주시는 것도 중요하지만, 아이들 칫솔질을 잘 가르쳐주는 것도 중요해요. 신경 써서 잘해주세요.”



마리아수녀회에서 운영하고있는 '서울시립 소년의 집' 에는 모두 1,000여 명의 어린이들이 있어 언제나 크고 작은 도움의 손길이 필요한 곳이다.

이번 교육은 초등학교 1학년 학생들만을 대상으로 실시했다. 그래서 그런지 꼬마 아이들에게 둘러 쌓여 있는 치과의사 선생님들은 유치원 교사같이 보였다. 아이들에게 흥미와 재미도 주면서 교육을 하기 위해 조금은 과장된 몸짓과 따뜻한 몸동작으로 설명을 해가며 불소도포를 시작했다.

불소도포를 마치고 아이들은 누가 가장 뽀얀 치아를 가졌는지 서로 자신이 가장 예쁘다고 선생님들께 자랑하기에 여념이 없었고, 그 모습을 바라보는 선생님들은 뿌듯하기 그지 없는 모습이다.

봉사에는 이유가 없다

“선생님, 이거 왜 하세요? 아유, 일요일인데 집에서 쉬고 싶지 않아요?”

“글쎄요. 이유는 없어요. 그냥 애들이 너무 예뻐요.”

봉사활동 자리에서 많은 인터뷰를 해오면서 항상 묻는 질문이 어리석게도 ‘이런 일을 왜 하나’는 것이다. 그럴 때마다 사회와 더불어 따뜻한 삶을 살아가는 사람들은 모두들 ‘뚜렷한 이유는 없다’고 한다. 교과서에서나 나올 법한 근사한 말을 들을 수가 없다. 그저 내 작은 힘이 누군가에게 도움이 된다면 그것이 고맙지 않냐고,



母情

회원들은 물품을 꼼꼼히 챙겨 지정된 장소로 이동했다. 교육 장소가 언뜻 보기에는 방 같았는데 ‘미카엘 집’이라고 굳이 ‘집’으로 호칭하는 이유는 원생들이 ‘엄마’로 불리는 수녀님과 함께 이곳을 우리들의 어느 ‘집’ 처럼 살고 있기 때문이다. 전체 소년의 집은 한 개의 아파트 동이고, 아이들이 지내는 각 방은 101호, 102호 집처럼 독립적으로 생각되고 있었다.


아이들은 벌써부터 선생님들이 오기를 꽤나 기다리고 있었던 모양이다. ‘엄마’와 함께 나란히 줄 맞춰 앉아 ‘목 빠지게’ 문 쪽만 바라보고 있었다. 초롱초롱한 눈망울에 한눈에 봐도 튼튼해 보이는 아이들의 모습에서 허약한 도시 아이들의 이미지는 없었다. “선생님, 안녕하세요?”라면서 크게 인사를 하는 모습이 어찌나 밝고 쾌활하던지, 단번에 엄마수녀님들의 보살핌이 서울에 사는 어느 ‘극성스런 엄마’ 못지 않다는 것이 느껴졌다.

“자, 우리 집에서 누가 칫솔질을 가장 잘 하지? 그럼, 어떻게 하는지 이 모형 치아에 칫솔질을 해볼까? 우와~ 정말 잘하는데. 근데 너무 금방 끝났다. 그럼 나쁜 벌레가 남아 있을 수 있으니, 선생님 하는 거 잘 보고 앞으로는 이렇게 칫솔질 하는 거야.”



그리고 한마디 덧붙인다. 별거 아니라고, 그저 아이들이 너무 예쁘지 않냐고.

그래, 사실 별거 아닐지 모른다. 경력도 어느 정도 된 치과의사가 어린 아이들 열댓명씩 불소도포 하는 것은 단순히 일적으로 보면 별거 아니다. 하지만 결혼한 여자들은 안다. 일하는 ‘아줌마(!)’가 황금 같은 일요일 시간을 다른 이를 위해 배려한다는 것은 결코 쉬운 일이 아니라는 것을.

모든 인터뷰가 끝나고 마지막 인사를 나누며 바라본 서울여자치과의사회 선생님들. 모두들 얼굴에서 피지는 따뜻한 미소는 어느 미인대회 참가자에게도 볼 수 없는 아름다운 미소였다. 집으로 돌아가는 내내 마음이 따뜻해져서 밥을 안 먹어도 배가 부른 것 같았다. 

서울여자치과의사회 <http://cafe.daum.net/SWDA>

휴과 함께 공감하다! 도예가 이영호 & 치과의사 서학원

치열한 자본주의 경쟁사회에 성인으로서 일단 입문을 하게 되면, '노란 풍선' 과 같은 어린 시절의 꿈은 고사하고 아름다운 것을 아름답게 느낄 여유조차 없이 뻘뻘하게 살아가게 된다. 사실 모든 것은 마음의 문제다. 마음이 가는 곳에 몸도 가는 것이고 그러다 보면 우리와 더불어 공존하는 많은 아름다운 것에 관심을 갖게 된다. 감동이 느껴지는 예술작업을 직접 해보면서 맛보는 작은 삶의 여유와 즐거움, 휴작업으로 삶을 더욱 알차고 풍요롭게 살아가고 있는 서학원 원장과 도예가 이영호 씨와 함께 도예 세상 속으로 빠져보자.

진행 문혜영 · 사진 전상률 · 촬영업즈 이영호 공방



서학원 원장과 도예와의 인연은 어느덧 10여 년이 지나간다. 평소 도예에 관심이 많았던 서 원장. 97년 가족과 함께 이천 '도자기 축제'를 보러 갔다 돌아오는 길에 우연히 '도예 일일 체험 학습장'에 가게 된 것이 그 시작이었다. 별 생각 없이 들렀던 일일 체험이었지만 서 원장의 흥미를 이끌기에 충분할 만큼 재미있었다고.

"휴를 만지며 공작하는 것에 몰두하다 보니 시간 가는 줄도 몰랐죠. 그리고 한 달 뒤, 매주 곤지암 쪽 공방을 다니게 됐습니다. 처음에는 아내와 함께 1년 동안 같이 다녔습니다. 그러다 거기서 만난 분의 소개로 98년 가을부터 분당 이영호 선생님의 공방을 찾게 됐습니다. 벌써 만 7년이 넘어가네요."

의료 쪽에서 일하는 사람이라면 다 공감하겠지만, 치과 치료라는 것이 보람도 있지만, 제한된 공간에서 벗어나지도 못하고 작은 부분 만을 봐야 한다는 점이 힘들 때가 많다. 그런데 도예작업은 그런 것을 훨훨 떨쳐 버릴 수 있게 해 주는 매력이 있다. 특히 서 원장에게 도예라는 것은 '도를 닦는 것'과 비슷하다. 마음의 폭이 정말 넓어지는 도량을 얻게 되는 느낌이 들 때가 있어 무척 좋다는 것이다. 정말로 예전과 달리 욕심을 많이 버린 것 같으며 살짝 미소를 띄운다.

"도예라는 것이요, 단순하게 이야기 하면 '휴 가지고 노는 거'예요. 이 휴작업이라는 것이 크기가 커지는 것과 채움으로 비례해서 잘 깨집니다. 일주일에 두 세 번 작업실에 와서 한 달 넘게 작업을 하다 보면, 어느 날 금이 '썩' 가있을 때가 있어요. 한 달 작업이 수포가 된 거죠. 예전 같으면 누굴 원망해도 할 텐데, 지금은 제가 모자라서 그런 거지 뭘 어쩌나 싶어요. 휴놀이 자체를 즐기는 것이지 어떤 작품을 하겠다는 것은 아니어서 그런 건가? 아마도 휴이 주는 신비한 매력 때문인 것 같습니다. '덧칠하지 않고 마음에서 우러나오는 느낌'의 휴놀이 시간이 저의 마음을 변화시키는 것 같습니다."

서학원 원장에게 예술이란 무엇이라 생각하냐고 물으니, 예술이란 '사람'이 중심인 활동이라고 대답한다. 대개의 사람들은 음악이나 미술 분야 중 각자마다 좋아하는 장르가 따로 있다. 서 원장은 선호하는 장르는 바로 그 작가와 감상하는 이들 간에 교류가 느껴진 것, 즉 공감이 이뤄진 것이라며 예술을 이해하기 위해서는 작가에 대해 공부하거나 직접 작가와의 만남을 통해 그를 이해하면 더욱 더 작품을 잘 이해할 수 있을 것이라며 그의 예술관을 밝혔다. **문**



사람의 사는 모습을 형상화한 서학원 원장의 작품.

Art

도자기를 구운 후 다시 깨서 그것을 하나씩 붙인 작품 '8正道(八正道)'



八正道는 열반에 이르기 위한 불교의 실천 수행으로서의 여덟 가지 바른 길로 정견(正見), 정사유(正思惟), 정어(正語), 정업(正業), 정명(正命), 정정진(正精進), 정념(正念), 정정(正定)을 의미한다.

도예가 이영호 & 치과의사 서학원

도예가 이영호 선생님과 오랜 시간 같이 하는 이유는 무엇입니까?
선생님의 작품 때문이죠. 선생님의 작품 대부분이 옹기토로 한번에 구운 것인데, 조형성도 좋지만 전체적으로 느껴지는 파스텔톤이 참 색다릅니다. 소재도 독특하고 저는 이런 느낌이 참 좋습니다. 선생님 작업 중에 제가 가장 좋아하는 이 <8정도>는 항상 봐도 질리지 않고 마치 작품과 제가 서로 손을 대고 있는 것 같은 느낌이 들어서 좋아요. 손을 통해서 저의 체온과 이 작품의 온기가 교감을 하는 것 같습니다. 글썽요 사실 왜 좋냐고 물으면 답하기 참 힘들어요. 그냥 단순히 이야기 하면 그냥 이 작품은 정말 갖고 싶다고 하면 될 것 같습니다.

수종사에서 즐기는 다도(茶道)의 즐거움

물방울 하나 떨어지면 수종사 찾잔은 종소리 되어 다선(茶仙)을 부른다!

남한강과 북한강 두 강이 한 친구되어 은은한 은빛 물결로 피어 오르는 곳에 다우(茶友)들과 함께 그 정겨움을 나누는 소박한 옛절이 있다. 그 옛날 세조의 불심을 재촉하게 하고, 사가정(四佳亭, 서거정의 호)으로 하여금 '천하 제일의 명당' 이라고 경탄하게 한 수종사(水鐘寺)다. 다성(茶聖) 초의선사와 다산(茶山) 정약용, 추사(秋史) 김정희가 즐겨 마셨던 수종사의 천하일품 차 맛과 함께 산세와 물세가 만들어낸 두물머리의 아름다운 풍경 속으로 사랑하는 이들과 함께 차분한 나들이를 떠나보자.

진행 문혜영 · 사진 전상률



茶道

상서로운 구름으로 둘러 싸인 산을 거처로 삼은 아담한 절. 조선시대 문장가 서거정이 '동방사찰 가운데 제일의 전망'이라 한 그 풍경을 키 작은 노모가 자신의 두 배 만큼 장성한 아들을 품에 안듯 따스하게 안고 있는 곳이 바로 '수종사'다.

시와 차와 선(禪)이 어우러진 절

설화에 따르면 세조가 신병 치료 차 금강산을 유람하고 돌아올 때, 밤이 되어 용선을 타고 양수리에서 물위의 야경을 감상하고 있었다고 한다. 그때 마침 운길산 어디선가 은은한 종소리가 들려와 다음날 숲속을 조사해보니, 천년 고찰의 폐허가 있고 바위 벽에는 18나한상이 줄지어 앉아 있었고 그 바위틈에서 물방울이 떨어지면서 종소리를 내는 것을 알게 된 것이다. 이에 세조는 매우 감동하여 지금의 자리에 절을 복원하게 하고 절 이름을 '수종사'로 부르도록 했다.

이름에서도 '물' 과의 깊은 인연을 암시하듯 이곳은 온통 물과 짝을 이뤄 즐겨 볼 것들이 즐비하다. 북한강과 남한강이 만나 '한' 강을 이루는 모습을 한눈에 볼 수 있음은 물론이요, 그 장관과 더불어 무료로 차 한잔 보시를 받을 수 있는 다실(茶室) '삼정헌'이 있어, 이 고즈넉한 사찰로 다시금 발길을 돌리게 한다.

지나가는 길손의 불심과는 전혀 상관없이 누구나 찾집 통유리 너머 펼쳐진 장관을 벗삼아 그윽한 차 한잔을 마실 수 있는 삼정헌은 우리 나라 사찰이면 왕왕 볼 수 있는 전통 찾집과는 분명 다르다. 첫째, 무료보시라는 점. '공짜가 다 그렇지'라고 생각한다면 천만에 말씀이다. 분명 무료보시라고는 했으나 일단 한번 이곳의 천하일품 차 맛을 음미하고 나면 찾집문간에 놓여있는 시주함에 저절로 손이 간다.

둘째, 차를 마시는 것이 익숙하지 않은 사람들도 차의 맛을 음미할 수 있도록 도와주시는 분이 계시다는 것이다. 사실 차를 제대로 음미한다는 것은 굉장히 까다로운 법도를 알아야 한다. 하지만 초심자에게 가장 중요한 것은 마음가짐. 차를 끓여 접대하는 사람이 정성을 다하는 마음으로 차를 끓여낸다면 그 차 맛은 좋을 수밖에 없다.

수종사를 찾아와 이곳에 올라보니
배어난 경치가 듣던 바와 꼭 같구나
외론 되 높고 높고 높이 만길이나 솟아 있고
못 강물 모여들어 세 갈래로 나뉘지네
시내 바람 일어나 자 숲에서 소리나고
산비가 잠깐 굿자 강구름이 이는 듯
티끌 묻은 옷깃이 청청해짐 깨달으니
어이 이를 얻어다가 세상 다름 잊을진가

! 송익필(宋翼弼)의 수종사에 관한 한시 중에서 !

서울대 치과대학 예방치의학교실 백대일 교수 연구팀에 의하면 녹차를 마시면 녹차에 함유된 폴리페놀 성분으로 충치(치아우식증) 예방에 도움을 줄 수 있다고 한다. 일반적으로 충치는 구강 내 충치균의 증식과 이 균들이 분비하는 산에 의해 치아의 법랑질이 부식되면서 진행되는데, 녹차를 마시면 충치 유발 세균수가 감소된다는 것이다. 또한 구강 내 산성을 완충시키는 능력이 상승하기 때문에 녹차를 마시면 구강 건강에 매우 도움이 된다. 차 아예도 좋은 차를 제대로 음미해 보자.

茶道



삼정현에서 치아건강에도 좋은 차 제대로 즐기

1. 사발에 물을 따라 그릇에 살짝 돌려가며 예열시킨다.
2. 적당한 온도로 식힌 탕수를 다관에 붓는다.
3. 차를 떨어뜨리지 않도록 조심하면서 적당한 양의 차를 넣는다.
(차의 분량은 1인분에 2g 정도)
4. 잘 덮여진 차를 사발에 다시 따라 차를 나눠 미실 준비를 한다.
5. 첫잔마다 조금씩 옮겨가면서 3~4회 정도 골고루 나눠 따른다.
6. 왼손으로는 찻잔을 받치고 오른손으로 살짝 잡은 후 소리를 내지 않고 차의 맛을 음미한다.



수종사의 '다보탑'이라 불리는 5층 석탑

신라시대부터 계속되었다는 천 년의 향기가 내음이 아니라 소리로 되어 퍼질 것 같은 수종사 종각 옆으로 그 세련된 품새가 범상치 않은 석탑들이 발견된다. 경기도 유형문화재 제 22호로 지정되어 있는 팔각 5층 석탑이다. 조선 전기에 만든 것으로 추측되는 이 석탑은 1957년 지금의 자리로 옮길 때 탑신에서 불상, 보살상 등 18점의 유물이 발견되어 국립중앙박물관으로 옮겨져 보관되고 있다.

탑의 규모는 작지만 여러 단을 쌓아 기단(基壇)을 삼고 그 위에 5층 탑신을 올린 뒤, 머리 장식을 엮은 채 각 부분이 8각을 이루고 있는 모습이 화려하고 아름답다. 그 세련됨이 수종사의 다보탑이라 불릴 만하다.

수종사는 서울에서 하루 나들이 코스로, 특히 평일 나들이 코스로 참 좋은 곳이다. 계획을 할 때 한가지 주의해야 할 점이 산 아래에서 수종사 일주문까지 차를 가지고 갈 수는 있으나, 길이 좁고 매우 가팔라서 조금 위험할 수 있다는 것이다. 때문에 운전이 서툰 분들은 입구에 차를 세워두고 조금 시간과 힘이 들더라도 시멘트 길을 따라 등산 기분으로 오르는 것도 괜찮을 듯 하다. 무엇보다 이곳은 기도 수련 사찰이므로 반드시 양말을 신고 가는 에티켓을 지켜야 하고, '묵언'이라는 팻말이 보이면 입은 다물고 눈과 마음으로만 모든 것을 느끼고 감상하기를 바란다.

수종사 가는 길

올림픽대로를 이용해 미사리 조정경기장을 지나 팔당대교를 건너서 6번 국도를 타고 양평 방향으로 간다. 몇 개의 터널을 지난 후 양수대교 지나기 전에 '조안교차로'에서 빠져 나와 좌회전하여 45번 국도를 타고 청평, 가평 방향으로 진행하면 '진중삼거리'가 나온다. 진중삼거리에서 좌측길로 진행하여 조금만 가면 왼쪽으로 수종사 이정표가 보인다. 이정표를 보고 좌회전하여 조금 가파른 산길을 올라가면 바로 수종사다.

두물머리

우리말인 '두물머리'나 한자인 '양수리(兩水理)'나 모두 이 지역의 지리적인 특징을 이야기한다. 두 개의 물이 합쳐져 만들어진 지형이라는 뜻의 지명이다. 처음 두물머리를 찾은 사람도 그 느낌이 낯설지 않은 것은 이곳이 여러 드라마나 영화, CF의 배경지로 심심치 않게 나왔기 때문이다.

마치 시간을 거슬러 올라가는 것 같은 고즈넉한 나무터를 지나 바로 하늘거리는 수 많은 나뭇가지를 가진 오래된 두물머리 지킴이인 커다란 느티나무가 보인다. 400년 이상 변함없이 이 자리를 지켰다고 한다. 누구에게나 주목 받아 멋진 느티나무도 좋고 주위에 이름 모를 땅딸보 고목도 좋다. 그저 옆에 서거나 기대 앉아 중첩되는 산세와 잔잔한 강이 만들어 내는 한 폭의 동양화를 바라보고 싶다면 마치 영화속 주인공이라도 된 듯 하다.

아름다운 풍경이 주는 마법에 조금 더 흠뻑 젖어보려면 강을 따라 예쁘게 만들어진 토담을 따라 흙 길을 따라 걸어보는 거다. 시작하는 연인들에게는 서로를 더욱 진솔하게 알아볼 수 있는 시간을 줄 것이고, 가족들과 함께라면 사랑하는 이들과 더불어 산다는 것이 얼마나 축복된 것인지를 느끼게 될 것이다.

두물머리 가는 길

수종사 가는 길로 가다 '진중삼거리'에서 좌측길로 가면 수종사고, 우측길로 진행하여 다리를 건너면 두물머리 이정표가 보인다. 이정표를 보고 우회전하면 두물머리 주차장이 있다. 주차장에 주차 후 바로 '두물머리 산책길'을 따라 운치 있게 거닐다 보면 저만치 느티나무가 반기며 손짓을 한다. 주차요금은 무료다.

수종사 가는 길의 별미 '오이 소박이 냉국수'

굵직하게 썰어 놓아 투박해 보이는 오이 소박이만 별스럽게 느껴질 뿐, 외관상으로는 여느 집 냉국수와 별 차이를 못 느낀다. 그러나 곱게 간 얼음이 동동 뜬 시원한 국물과 함께 국수 한 컹을 먹어보면 이곳만의 특별함을 확실히 느낄 수 있다. 시원하면서도 감칠맛 나는 육수 맛이 일품인 냉국수와 함께 만두 한 접시로 점심 배를 일단 채우고, 오후에는 수종사에 가서 차 한잔 마시고 멋진 경치 구경을 나서면 하루 내내 즐겁다. 시골의 소박한 음식점이지만 전직 대통령이 이곳에 다녀갔음을 증명하는 오래된 사진이 벽 한쪽에 걸려있을 정도다. '진중삼거리'에서 좌측길로 진행 후 수종사 이정표를 지나 조금 더 가면 왼쪽 길 건너편에 '개성집' 간판이 보인다.



Dental C.S.I.

Crime Scene Investigation



검은 씌그라스와
흰 면봉, 그 어울리
지 않는 한 쌍의 절묘한
조합. 미국 범죄수사 드라마
CSI 핵심코드다. 그야말로 검은 씌그라
스로 뚫어지게 쳐다본 후, 면봉에 그 흔적만 묻히기만 하면
잠시 후에 모든 게 다 나온다. 도저히 알아볼 수 없는 희미한 흔적만으로도 모든 것을 알아낸다.
신기하다. 시체의 치아만으로도 많은 것을 알아내는 것을 보면 분명 우리의 치아에는 뭔가가 있다.
그럼 본지의 Dental CSI팀이 그 정체를 파헤쳐 보겠다.

도움말_연세대학교 치과대학 구강내과학교실 최중훈 교수 • 일러스트_유혜진 • 사진제공_OCN



Dental CSI 치아란 도대체 어떤 물질로 구성된 것입니까?
(법치의학의 세계에 들어가기 전 일단, 생물학적인 기초 지식을 알아야 할 것 같다.)

Professor 흔히들 치아는 그저 '단단한 고체 덩어리'로 생각하는 경우가 많습니다. 물론 치아는 음식을 씹는데 있어서 음식물을 찢고, 으깨고, 갈고 하는 갈고리 기능, 망치 기능, 팻돌 기능을 담당해야 하니 단단한 물질로 만들어 지는 것은 당연하죠. 그러나 그렇다고 해서 이러한 치아가 단순한 고체 덩어리는 아닙니다.

치아의 구성 성분을 보면 무기질, 유기질 심지어 수분까지도 존재하는 매우 복잡한 조직입니다. 특히 무기질은 '수산화인회석'이라는 특수물질로 이루어집니다. '칼슘'과 '인'을 주성분으로 한 매우 안정적이고 견고한 치아의 고체 성질에 있어 수산화인회석은 매우 중요한 성분입니다. 물론 치아가 만들어질 때 환경에 따라 일부 다른 광물질이 혼합되는 경우도 있습니다. 치아마다 다소 차이는 있지만 모든 치아는 몇 가지 서로 다른 구성과 조직으로 구분됩니다. 첫 번째로 단단하기가 경금속 정도이며 치아의 머리 부위에 해당하는 '법랑질' (흔히들 에나멜이라 부르며 약 96%가 무기질입니다)이 있습니다. 다음으로 법랑

질 안에 위치해 뼈보다는 단단하여 치수(신경)를 둘러싸 보호하면서 치아 뿌리부위를 이루는 '상아질'과 치아 뿌리의 외벽을 이루는 '백아질'이 있습니다. 그리고 치아의 가장 안쪽에서 보호받고 있는 신경조직과 혈관 및 림프조직으로 이루어진 부드러운 '치수(신경)조직'으로 구분된답니다.

Dental CSI 사람의 지문 모양이 다 다르듯, 혹시 사람의 치아 모양은 다 다릅니까? 어떤 사람은 치아가 아주 예쁜데, 어떤 사람은 드라큘라 같습니다. 혹시 그것도 유전인가요? (배우자를 고를 때 2세를 위해 치아의 생김새를 볼 것인가, 말 것인가라는 중요한 변수가 될 것 같다.)

Professor 사람의 지문은 '만인부동(萬人不同-모든 사람이 같지 않다)'이라 하여 사람을 구별할 때 가장 중요한 특징으로 보게 됩니다. 이와 마찬가지로 치아는 각각 사람마다 크기, 모양, 치열 등 모든 면에서 그 차이가 작든 크든 간에 다 다르답니다. 물론, 치아의 크기나 길이는 사람마다 눈에 띄게 큰 차이를 보이지 않기 때문에 외모상으로 그 차이를 쉽게 느끼지 못합니다.

하지만 대체로 여성보다 남성이 각 치아의 크기가 크고 길며, 나



이가 들면서 치아가 닳아 길이는 짧아 보일 수 있습니다. 간혹 나이가 들면서 치아가 커진다고 생각하는 경우가 있는데 그렇지 않습니다. 치아는 일단 모양이 만들어지면 커지지는 않습니다. 단지 잇몸에서 자라나오기 때문에 같은 영구치라도 크거나 길이가 다르게 보일 수는 있습니다. 이런 치아의 발육이나 치열, 모양 등은 어느 정도 유전적 요소가 있지만 후천적으로 발육에 영향을 주는 좋지 않은 구강 습관이나 치아의 관리 정도에 따라 영향을 받으므로 철저한 구강위생 관리와 정기적인 검진이 중요하답니다.

치아로 신원을 알아냈던 흥미진진한 사례

히틀러의 개인식별

르 브레즈멘스키(Lev Brezhymenski)는 그의 저서 <아돌프 히틀러의 죽음>에서 세계 2차 대전이 끝날 무렵, 러시아인에 의해 아돌프 히틀러 시신의 '개인식별 과정'이 있었다고 밝혔다. 히틀러는 상악(윗턱)에 4개의 자연치아와 9대의 보철물이 있었고, 하악(아랫턱)에는 5개의 자연치아와 좌측에 3대의 보철물과 4대의 보철물이 있었다고 한다. 그의 개인식별이 가능할 수 있었던 이유는, 첫째 1944년 6월 20일 암살이 있는 직후 히틀러의 머리뼈 X-ray가 촬영된 적이 있었는데, 이것이 미국 기록보관소에 보관되어 있었으며, 둘째 히틀러의 생전 사진 중 치아가 나타나는 여러 장의 사진들이 존재하였으므로 발견된 시체와 각종 치아에 대한 특징 및 기록들로 이를 증명하게 된 것이다.

Dental CSI 영화에서 보면 오래된 '미이라'나 썩은 시체임에도 불구하고 치아는 여전히 완벽하게 남아있는 경우가 종종 있는데, 이유가 뭐니까?

(살아서는 그렇게 충치로 썩어 고생시키는 치아가 일단 죽으면 잘 안 썩는다니 희안하다.)

Professor 앞서 말씀 드린 대로 치아는 상당히 단단하고 견고한 물질로 이루어졌기 때문에 쉽게 부서지거나 변하지 않습니다. 이는 마치 선사시대 돌이 지금까지 변하지 않고 남아있는 것과 같은 이치입니다. 그렇기 때문에 고대 원시인의 치아가 발견되지요.

오히려, 살아 있는 사람은 항상 입안에 충치를 일으키는 세균들이 존재하고 이러한 세균들은 음식물 찌꺼기와 반응하여 산을 형성하기 때문에 마치 대리석이 염산 등에 녹듯이 치아의 무기질 성분들이 부식되게 됩니다. 하지만, 사람이 죽고 나면 음식도 못먹고, 세균도 살 수 없으니 치아는 더 이상 부식될 이유가 없기 때문에 썩지 않는 것입니다.

Dental CSI 법의학자들은 도대체 시체의 치아를 보고 어떻게 사람을 찾아내는 겁니까?

Professor 치아는 개인을 구분할 수 있는 많은 정보를 가지고 있는 '정보 보관소'라고 할 수 있습니다. 즉, 치아는 남녀를 구분할 수 있고 나이까지도 알아낼 수 있습니다. 앞서 설명한 것처럼 치아는 남자, 여자에 따라 크기도 다르고, 치아 성분 중에 성별을 알아낼 수 있는 DNA 유전자도 검출되기에 가능한 일이지요.

특히 치아는 나이에 따라 발육 정도가 달라서 어린이나 청소년

전사자 유해 발굴 및 안장 사업

경북 경주시 아산에서 약 20년 전까지 '상사 이000묘'라는 팻말이 있던 무덤에 대한 주민들의 제보에 따라 2000년 5월에 1구의 유골을 발굴하였다. 이에 국가보훈처는 기록을 통하여 유가족으로 추정되는 남동생과 여동생을 찾고, 유가족의 증언과 기록에 의해 이000은 1928년생이고 1951년 7월경 전사한 것으로 밝혀졌다. 이에 유골과 남아있는 치아를 가지고 성별감정, 연령감정 및 생전 사진과 머리뼈와의 중첩검사인 '슈퍼임포즈 검사'를 한 후, 가족관계를 확인하기 위해 뼈와 치아에서의 유전자 검사를 시행하여, 유골을 가족의 품으로 안겨줬다. 이로써 정부의 6·25전쟁 50주년 기념사업의 일환인 '전사자 유해 발굴 및 안장 사업'에 큰 힘을 보탤다.

-연세대학교 치과대학 구강내과학교실 <김종열교수의 법치의학> 책에서 인용-



의 경우 영구치, 유치의 형성 정도나 발육 정도로 나이를 계산 할 수 있습니다. 또한 성인이 되면 나이가 들면서 치아가 닳고 빠지는 등 노화가 일어나니 이것 역시 나이를 알아내는데 중요한 기준이 됩니다. 또한 치아의 모양, 치열 등은 개개인마다 다르며 특히 치과 치료한 치아가 있다면 이는 너무나 중요한 개인의 특징이 됩니다. 이런 방법으로 시체가 발견되면 남, 여를 구분하고 나이를 추정한 후 치아의 특징이나 치과 치료한 내용 등을 종합하여 찾고자 하는 사람을 찾을 수 있습니다.

Dental CSI 외국영화를 보면 치과 치료 기록으로 사람을 찾기도 하는데, 우리나라도 치과 치료 기록만으로 사람을 찾을 수 있습니까?

Professor 치과치료 기록은 그 사람에 대한 신체 일부분에 대한 특징의 기록이라고 볼 수 있습니다. 실제 그 동안 대형 사고(백화점 붕괴 사고, 비행기 추락 사고, 지하철 참사 등)로 인해 많은 사망자들이 발생된 경우, 시신의 구강 상태와 치과 치료 상태를 조사하고 추정되는 사람들의 치과 기록 등을 비교함으로써 사람을 찾아왔습니다. 이는 법의학에서 '개인식별'이라는 분야에 가장 중요한 분석법으로 활용됩니다.

Dental CSI 시체 치아의 유무가 신원을 파악하는데 어느 정도 역할을 하며, 어떠한 경우에 가장 결정적 역할을 합니까?

Professor 만일 시체가 온전하여 지문을 채취할 수 있다면 지문만큼 신원을 파악하는데 중요하고 확실한 방법은 없을 겁니다. 하지만, 시체는 외부 환경에 따라 조금만 시간이 지나도 부패되고 변하기 때문에 지문 채취가 불가능한 경우가 많습니다. 특히 여름처럼 더운 날이나 익사체(물에 빠져 죽은 경우나) 혹은, 불에 탄 경우는 더욱더 시체의 형상을 알아볼 수 없게 됩니다. 하지만, 치아는 잘 썩지 않고 시간이 많이 지나도 오래 보존되며 심지어 웬만한 화재 사고에도 치아가 온전히 남는 경우가 많습니다. 이처럼 시체의 신원 파악에서는 가장 온전히 남으면서 많은 개인 정보를 주는 치아가 매우 중요한 역할을 합니다. **☞**

아하! 그렇구나!!!

치아의 개인 식별력 (사람마다 치이를 증명 할 수 있는 능력)

치아의 특징으로 사람을 찾을 경우, 치아 하나당 갖는 특징은 치아 모양, 크기, 치열, 치과치료 유무, 결손 유무, 치과 치료 종류에 따른 다양한 특징 등 최소 10가지 이상이 된다. 이런 치아가 정상적인 사람이라면 사람니를 빼고라도 28개 치아에 각 특징을 갖게 된다. 즉, 나와 다른 사람의 28개 치아에 모든 특징이 같을 수 있는 확률은 1/1028 인데 이는 계산하기 너무 어려운 단위이므로, 쉽게 비유하면 1/1010만 해도 100억분의 1이므로 전세계 인구가 100억이 안되니, 모두 다 나와 다르다고 할 수 있다. 이런 치아의 특징을 이용한 개인 식별력은 우리가 상당히 정확하다고 알고 있으며, 개인마다 다르다고 알고 있는 '유전자 감식'의 1/1010~1/1011 확률(사람마다 같을 확률) 보다 훨씬 높다는 것도 놀라운 사실이다.

-연세대학교 의과대학 법의학과 신경진교수 연구 결과 중 일부 인용-

일상 생활 속에서 법치의학의 활용

요즘에는 그런 일이 드물지만 예전에는 주민등록 신고를 몇 년 뒤에 하여 종종 나이가 잘못되어 속상해 하거나, 불이익을 받는다고 걱정하는 사람을 만나게 된다. 이런 경우 법원에 나이를 찾는 법적 절차를 밟으면, 자신의 나이를 찾을 수도 있다. 이때, 법원에서는 본인이 옳다고 하는 나이에 대한 법의학적인 증명서(연령감정서)를 요구하며, 이런 연령감정은 치과대학병원 구강내과에서 법치의학적 분석을 통해 연령감정을 받아 볼 수 있다. 물론, 연령감정을 신청한다고 해서 모든 경우 본인이 주장하는 나이로 감정 결과가 나오지는 않는다. 경우에 따라 치아 및 구강상태가 감정 조건에 적합하지 않고, 감정 결과가 이를 뒷받침 할 수 없는 사람이 있기 때문이다.

한자 속의 치아의 중요성 '연령(年齡)'

年齡의 령(齡)자에 치아를 나타내는 치(齒)자가 있다. 즉, 나이는 치아를 보고 안다는 말이다. 우리 선조는 과학적으로 그것을 따지지 않았어도 이미 다 안 것이다.

이태리식 푸딩 파나코타와 과일 샐러드 & 콩치 데리야끼와 멸치 주먹밥

멸치나 뼈째 먹는 생선, 유제품 등이 치아 건강에 좋다는 건 알지만, 요즘 아이들의 까다로운 입맛에 잘 맞지 않을 때가 있다. 보기 좋은 떡이 맛도 좋은 법! 서양파티에나 나올법한 예쁘지만 간단한 주먹밥과 샐러드로 우리 가족 치아건강은 물론 입맛도 확 잡아보자.

진행_문혜영 • 사진_전상률 • 푸드스타일리스트_정미현



이태리식 푸딩 파나코타와 과일 샐러드 (4인 가족용)

재료 푸딩 : 생크림 1통(500ml), 설탕 반컵, 판젤라틴 2장, 바닐라빈 반개, 녹차 2큰술
과일샐러드 : 체리, 오렌지, 토마토 약간씩, 시럽 3큰술, 바닐라빈 반개

만드는 법

1. 생크림과 설탕, 바닐라빈을 데운 다음, 설탕이 녹으면 불에 불린 젤라틴, 녹차를 넣고 불을 끄고 젓는다.
2. 체에 한번 내려 컵에 부어 냉장실에서 2시간 정도 굳힌다.
3. 체리, 오렌지 토마토는 먹기 좋게 준비한다.
4. 바닐라빈을 넣은 시럽(물과 설탕을 1대1로 섞어 끓인 것)을 과일과 버무려 냉장실에서 차게 보관한다.
5. 굳힌 파나코타와 과일 샐러드를 함께 서빙한다.

*젤라틴은 차가운 물에 불려, 불린 것만 건져 사용한다. 너무 많이 넣으면 잘 굳진 않지만 먹을 때 식감이 떨어지기 때문에 집에서 먹을 때는 조금 적게 사용하는 것이 좋습니다.



콩치 데리야끼와 멸치 주먹밥

재료 콩치 데리야끼 : 학콩치 2마리, 파프리카 반개, 샐러리 1대, 데리야끼 소스 3큰술, 생강즙 2큰술, 정종 2큰술, 밀가루 약간, 소금, 후추,
멸치 주먹밥 : 잔멸치 1컵, 밥 1컵, 데리야끼 소스 2큰술, 소금, 후추, 참기름

만드는 법

1. 학콩치는 포를 쓰고 생강즙, 정종, 소금, 후추에 재워둔다.
2. 파프리카와 샐러리는 3cm길이로 썰어 달군 팬에 살짝 볶아 낸다.
3. 재워둔 학콩치는 살쪽에 밀가루를 살짝 바르고 파프리카와 샐러리로 돌돌 말아 이쑤시개로 고정해, 달군 팬에 세워 익히고 아랫부분이 익으면 데리야끼 소스 3큰술을 뿌리고 뚜껑을 덮고 익힌다.
4. 잔멸치는 체에 한번 털고, 올리브유를 둘러 달군 팬에 튀기듯이 볶다가 데리야끼 소스를 2큰술 넣고 마무리한다.
5. 밥은 참기름, 소금, 후추 간을 해서 손을 꼭꼭 모양을 만들고, 중간에 멸치볶음을 올려 완성한다.

*데리야끼 소스는 간장, 물, 설탕을 1:1:1로 섞어 불에 올려 살짝 졸여주면 손쉽게 만들 수 있습니다.



“그래도 천직인걸..”



Dental Common Sense

치과 치료 기본으로 돌아가기

최근 사회의 관심이 “기본으로 돌아가자” 라는 말에 쏠리고 있다.

많은 사람의 관심 속에 언급되는 ‘웰빙(Well-Being)’ 이나 ‘로하스(LOHAS)’ 의 개념도 바로 우리 몸의 기본으로 돌아가자는 것이다. 치과분야에서도 첨단 치료방법과 재료가 속속 출현하고 보편화 되고 있지만

무엇보다 효과적이면서도 우수한 치료법은 바로 예방이다.

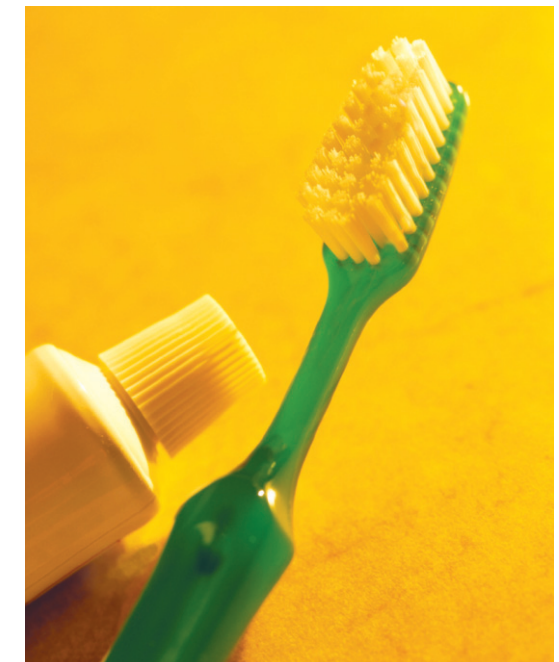
치과 질환의 원인인 충치와 치주질환을 예방하기 위한 가장 효과적이면서도

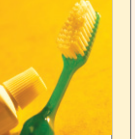
손쉬운 방법은 우리가 일상적으로 매일 반복하고 있는 칫솔질이다.

그러나 너무 쉬운 길은 너무나 평범하기에 그 중요성을 인식하기 힘들고 제대로 실천하기 힘들다.

이제 우리는 다시 기본으로 돌아가서 올바른 칫솔질에 대해 집중할 필요가 있다.

김석훈 공보위원



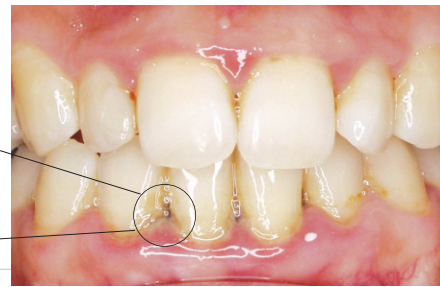


칫솔질이 중요한 이유 >>>

치태(프라그)는 치아에 부착되는 세균덩어리로 치주질환의 중요한 원인이며 충치와도 연관이 있다. 따라서 이러한 치태를 철저히 제거하는 것이 치아와 잇몸건강에 매우 중요하다. 치주질환과 충치의 예방과 치료법은 여러 가지가 있으나 환자가 매일 칫솔질로 치태를 제거하는 것이 가장 중요하며, 이러한 환자의 협조가 장기적인 관점에서 모든 치과치료 성공의 핵심이 된다.



치태(프라그)를 확대한 모습



치태



칫솔질을 잘못하여 보철물 주위에 생긴 충치

칫솔질은 잇몸 위에 위치하는 치태(치은연상치태)를 제거하며 잇몸과 치아 뿌리 사이의 공간에 위치하는 치태(치은연하치태)의 형성을 억제한다. 이로써 치은염을 치료, 예방하며 치석의 형성을 감소시켜 치주질환의 치료와 예방에도 중요한 역할을 한다.

칫솔질만으로 개선된 치은염

■ 어린이 환자



치료 전



치료 후

스케일링과 칫솔질로 개선된 치주염

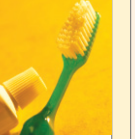
■ 성인 환자



치료 전



치료 후



올바른 칫솔질 방법 >>>

여러 칫솔질 방법의 효과를 평가한 연구에서 특별히 뛰어난 칫솔질 방법은 없다고 한다.
치아를 앞뒤로 닦는 횡마법이 일반적으로 많이 알려진 방법이지만
가장 많이 추천하는 방법은 바스법(Bass Method) 이다.
이때 지나치게 단단한 칫솔모는 피해야 한다.

바스법

1. 칫솔모를 교합면(음식 씹는면)에 평행하게 놓고
칫솔모가 치아 3~4 개를 덮도록 한다.
치아들 중에서 닦기 어려운 가장 후방에 있는
치아에서부터 시작한다.



2. 칫솔모를 치아장축과 45도 정도의 각도를
이루도록 치아와 잇몸의 경계부에 위치시킨다.



3. 이동시키지 않은 상태에서 부드럽게
압력을 가한 후 짧게 앞뒤로 움직이며 진동을 준다.
이 때 치아를 마모 시키지 않기 위해
짧게 움직이는 것이 매우 중요하며
같은 부위에서 몇 번을 반복한다.



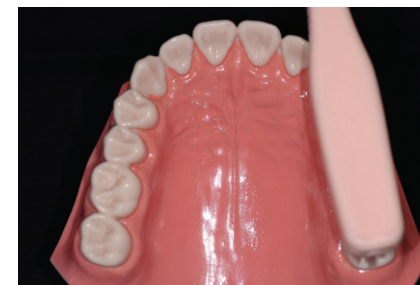
4. 칫솔모를 움직여 3~4개씩
순서대로 치아를 닦는다.



5. 치태는 치아의 바깥쪽(순측)에 비해
치아의 안쪽(설측)에 많이 형성되므로 가능하면
위아래 치아의 안쪽 부위를 전부 닦고 난 후
바깥쪽을 닦고 마지막에 음식 씹는면을 닦는다.



6. 칫솔질의 횟수는 하루에 세 번 씩, 한 번에 3분 정도
구석구석 철저하게 닦아주면 충분하다.
대개 아침식사 후와 저녁 취침 전에는 꼭 닦도록 한다.
횟수를 증가하거나 시간을 늘리는 것도 중요하지만
한 번을 닦아도 철저히 닦는 것이 더 효과적이다.



잘못된 칫솔질 방법으로 인한 문제점과 치료 >>>

잘못된 칫솔질로 나타나는 문제점은 치아의 마모와 치태의 축적 및 염증이다.

특히 모가 강한 칫솔을 사용하거나 너무 잦은 칫솔질을 하면 잇몸이 내려가서 치아뿌리가 드러나거나 그 부분이 마모되어 치아가 시리게 된다. 특히 세게 닦으면 깨끗할 것이라는 생각은 옳지 않다.

많은 사람들이 불필요하게 너무 센 힘으로 칫솔질을 하는데

빗자루질을 할 때 센 힘으로 박박 문지르는 것보다는 오히려 손에 힘을 빼고

구석구석 빗자루질을 하는 것이 청소에 훨씬 효과적인 것과 같다.

거울을 통해 칫솔질 습관을 점검해 보자. 팔 전체가 앞으로 움직이면서 센힘으로 칫솔질을 하는 것보다 팔은 고정된 상태에서 손목 움직임으로 칫솔질을 하면 손에 힘이 빠진 상태로 칫솔질을 할 수 있다.



부족한 칫솔질로 축적된 치태와 염증



손목이 움직이는 모습(O)



팔이 움직이는 모습(X)

마모된 치아의 치료

잘못된 칫솔질로 치아가 마모된 경우에는 레진이나

글래스아이오노머 재료를 사용하여 마모된 면을 수복한다.

그러나 깊게 파인 경우에는 신경치료와 크라운이 필요할 수도 있다.

■ 마모된 치아의 레진치료



치료 전



치료 후

퇴축된 잇몸의 치료

잘못된 칫솔질로 잇몸이 퇴축된 경우 잇몸 성형술이나

이식술을 통해 원래의 잇몸 형태를 회복시켜준다.

■ 퇴축된 잇몸의 치료



치료 전



치은이식술 후



올바른 칫솔과 치약의 선택 >>>

칫솔을 선택하는데 가장 중요한 점은 사용하기 편해야 한다는 것이다.
현재 일반적인 칫솔 이외에 디자인을 변형한 많은 칫솔들이 시판되고 있다.
그러나 치태제거 능력은 별 차이가 없다. 즉, 도구보다는 방법이 문제가 된다.
한국인에게는 칫솔머리의 크기가 25~35mm 정도이고 3열 정도면 어느 것이나 무난하다.



추천되는 칫솔사진

치약의 성분중 20 ~ 40%를 차지하는 성분은 마모제이다.
마모제는 칫솔질의 효과를 40배 이상 증가시키지만 노출된 치근이나 상아질에 작용하면 상당한 마모효과를 나타내어 찬음식이나 찬물에 이가 시리는 과민반응을 일으키는 원인이 된다.
실제적으로 칫솔질이나 칫솔 자체에 의한 마모보다는 치약에 함유되어 있는 과량의 마모제에 의해 치아의 마모가 발생하므로 치약의 성분 중에서 마모제의 양은 치약 선택 시 중요한 사항이다.
특히 치아가 시리면 마모제 성분이 적은 것을 사용해야 한다.

치약에는 치아나 잇몸에 치료효과를 나타내는 성분이 함유된 종류도 있다.
대표적인 성분은 불소나 파이로인산염이다. 불소는 충치발생억제 기능을 하며 파이로인산염은 치석생성억제 기능을 하지만 대부분의 치약에 이러한 성분들이 함유되어 있기 때문에 특정 치약을 선택할 필요는 없다.
가장 일반적인 치약이 가장 효과적이라고 생각하면 무난하다.

구강위생도구의 종류와 올바른 사용법 >>>

치실

치실은 치아 인접면의 치태 제거에 가장 널리 추천되는 도구이다.
치실은 매우 다양한 종류가 있으나 효과의 차이는 없다.
선택요령은 사용하기 편한 것을 선택하는 것이다.
치실을 선택하는데 영향을 미치는 요인은 치간접촉의 긴밀도, 인접면의 거친 정도, 사용자 손동작의 기민한 정도이다.
따라서 어떤 치실을 사용할 것인가에 대한 판단 기준은 용이성과 개인적인 선호도를 따른다.

치실사용방법

1. 치실을 잘 잡을 수 있을 만큼 충분한 길이(25~30 cm)를 사용한다.
2. 엄지와 검지로, 또는 양쪽 엄지나 검지를 이용하여 치실이 팽팽하게 되도록 잡아당기고, 치실이 각 접촉부를 부드럽게 통과하도록 하여 앞뒤로 움직인다.
3. 치실을 치아 사이 접촉부 하방에 위치시키고, 한 치아의 인접면 주위를 감싼 후, 변연치는 하방까지 미끄러지듯이 움직인다. 치실이 치아면을 따라 접촉부까지 다시 움직이고 다시 열구 내로 부드럽게 움직인다. 이와 같은 상하운동을 2~3회 반복한다.

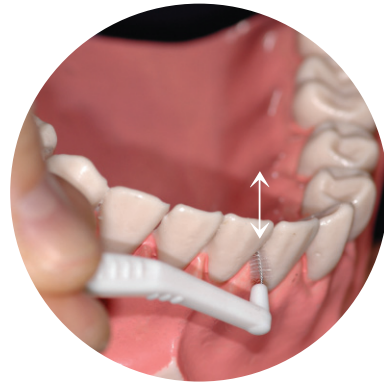


치간칫솔

심한 치주질환으로 치은 퇴축이 생겨서 치아와 치아 사이에 공간이 넓게 생긴 경우에는 치실을 사용하는 것보다 치간칫솔을 사용하는 것이 더욱 효과적이다.

치간칫솔 사용방법

1. 치간칫솔을 치간 인접면에 넣고 앞뒤로 움직인다.
2. 치간칫솔의 지름이 치아 사이의 공간보다 약간 더 커야 효과적이다.
3. 치간칫솔의 솔부분이 치아의 인접면을 닦게 움직인다.



워터 픽

수압을 이용하여 치아와 잇몸 사이사이에 있는 음식물 찌꺼기를 제거하며 잇몸 마사지 효과도 얻을 수 있는 도구이다. 칫솔이나 다른 도구가 닿을 수 없는 부위의 청소에 매우 효과적이다. 치태제거가 안되므로 보조수단으로 사용하여야 하며 워터픽을 먼저 사용한 후에 칫솔질과 구강위생용품을 사용해야 한다.



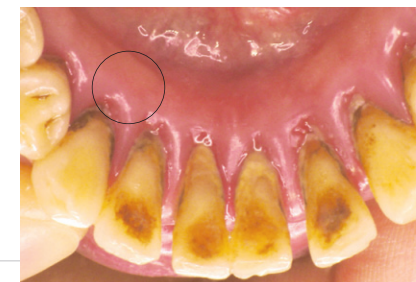
정기적 치과검진의 중요성 >>>

1년에 스케일링(치석제거술)을 한 차례, 또는 6개월에 한 번씩 두 차례만 받으면 잇몸 건강을 유지할 수 있다는 것은 잘 알려져 있다. 그러나 잇몸에 염증이 없는 건강한 치은을 가지고 있는 사람만이 정기적인 스케일링으로 잇몸 건강을 유지할 수 있다.

한국의 성인은 약 80 ~ 90 % 정도가 치주질환 상태라고 한다. 따라서 치주염을 가진 사람의 경우 치석제거술만으로 치주질환을 예방할 수는 없으며 가장 정기적 치주치료의 간격은 3 ~ 4 개월이라고 할 수 있다. 치주염이 매우 심한 경우 1개월, 2개월 마다 정기적으로 치주 치료를 받아야 될 수도 있다.

건강한 치아와 잇몸을 가지는 유일한 방법은 올바른 칫솔질을 통하여 치과질환을 예방하며 각자에게 적절한 주기로 스케일링을 받는 것이다.

정기검진을 통한 건강한 치주상태



치료 전



치료 후



양수겸장(兩手兼將) 치과의사 DDS 밴드 Doctor of Dental Sound

멋진 치과의사 7명이 DDS라는 이름을 가지고 신나게 그룹밴드활동을 한다고 소문이 자자 하길래 찾아가 보았다. 도대체 치과의사가 들려주는 신나는 락(Rock)의 세계는 어떨까? '락'과 '치과의사'라는 언뜻 들어도 전혀 어울리지 않을 것 같은 두 단어. 그러나 그것은 이들을 만나기 전 이야기이다. 음악을 더불어 같이 할 수 있는 좋은사람들이 있어 더욱 신이난다는 DDS밴드를 여러분께 소개한다.

진행_문혜영 · 사진_전성률 · 장소협찬_studio alley



베이스 기타 | 장세영 원장



드럼 | 김환철 원장



기타 | 이원태 원장

Music

뮤지션들이 타인에게 방해 받지 않고, 또한 방해도 주지 않으면서 자신들의 음악세계를 펼치기 위해 만들어진 낮은 조도의 지하 스튜디오. 천정이 유난히 높은 음악 스튜디오는 입구에서부터 무언가 범상치 않은 기운이 느껴졌다. 일상과의 차단이 아니라 또 다른 차원으로 인도하는 지하 스튜디오에서 뮤지션들과의 만남이 은근히 기대가 되었다.

닥터 오브 덴탈 사운드-DDS(Doctor of Dental Sound). D·D·S란 Doctor of Dental Surgery의 약자로 치과 의사를 의미하는 영단어에 치과의사밴드인 만큼 나름대로 의미 있도록 그룹명으로 개조한 것이다. 그 주인공들은 치과의사로서 뮤지션이란 전혀 다른 또 하나의 얼굴을 가지고 삶을 더욱 활력적으로 살고 있는 이들이다. 강서구와 양천구에서 치과를 개원한 개원의들 중 음악에 뜻이 맞아 결성하게 된 그룹이다. 그룹이 결성된 지 벌써 4년이 되었다.

DDS의 시작은 2004년 강서-양천구 송년회의 깜짝 이벤트

“2004년 강서-양천구치과협회 송년회를 준비하는 과정에서 우연치 않게 만들어 졌어요 강서구치과협회 백홍길 前회장님께서 무언가 획기적인 이벤트를 만들어 보는 걸 제안하셨죠. 그때 저와 당시 이사진들이 밴드 결성을 제안하게 되었어요. 사실 제가 치과대학 재학 당시 밴드를 했던 경험이 있었거든요. 그러니까 저희 출생(?)에는 백홍길 회장님이라는 산파가 계셨던 거죠. 이런 자리를 빌어 정말 저희가 이런 활동을 할 수 있도록 해주신 백 회장님과 2006년 가을 <열린음악회>를 할 수 있도록 애써주신 신재창 現회장님께 진심으로 감사 드립니다.”

DDS에서 드러머로서 팀의 회장을 맡고 있는 김환철 원장은 그룹 활동의 시간이 많이 지났음에도 불구하고 아직까지도 흥분이 되는지 듣는 이조차 기운이 날 정도로 힘찬 목소리로 말을 이어갔다.

음악만을 생업으로 삼고 있는 뮤지션이 아니기 때문에 그룹이 결성된 지는 4년여가 되지만, 그리 많은 공연을 하지는 못했



보컬 ① 최성관 원장, ② 한정희 원장, ③ 장일성 원장



다. 2004년 송년회 공연과 모 회사의 자체 행사에 초대되어 리조트에서 한번 간단한 공연을 했고 2006년 가을 열린음악회 공연이 전부이다. 하지만 그들의 열정만큼은 어느 프로 뮤지션들과 달라 보이지 않았다.

비쁜 병원 생활에 녹초가 되어서도 공연을 앞두고 2~3개월간은 일주일에 두어 번씩은 꼭 만나 같이 연습을 했다. 솔직히 각기 다른 곳에서 각자의 병원을 책임지고 있는 8명의 원장들이 같은 시간에 한 공간에서 만나 음악을 한다는 것이 말처럼 쉽지가 않았다. 의아한 것은 정식콘서트를 기획하고 나면 은근히 밀려오는 중압감에 시달리면서도 몇 평밖에 안 되는 꼭 막힌 방음 스튜디오에서의 만남이 언제나 즐거웠다는 것이다.

이유는 간단했다. 그 첫 번째는 음악이고, 두 번째는 사람. 각자 너무나 좋아

하는 음악을 할 수 있는 데다가, 나이는 다르지만 좋은 벗들과 함께 일상에서 잠시 벗어나 자유로움을 느낄 수 있기 때문이다. 특히 어떤 이벤트에 앞서 서로간에 음악적인 느낌을 계속해서 맞추다가 마지막에 스파트를 내어 공연에서 확 쏟아낸 후의 해방감은 정말 짜릿하다고.

DDS밴드가 음악적, 인간적 결속력이 강하다는 것을 방증하는 예가 바로 한정희 원장이다. 창단 원년 보컬이었던 그는 2005년 공연을 계획하던 중 건강상에 문제가 생겨 수술을 받기 위해 팀에서 나올 수밖에 없었다. 성공적으로 수술을 마친 후 그는 다시 DDS로 돌아왔다. 자신의 빈자리를 오히려 더욱 빛을 내며 채워주었던 보컬 최성관 원장과 장일성 원장에게 고정 자리는 내어주었지만 객원보컬로 지난 가을 공연에서는 감동의 눈물을 살짝 적시며 다시금 마이크를 잡았다.

다른 뮤지션들에 비해 DDS밴드가 즐거운 데는 한 가지 이유가 더 있다. 바로 '서포터'이다. 말 그대로 DDS의 '응원자'이다. 안광현 원장, 윤정훈 원장, 김형국 원장이 그들이다. 일말의 망설임도 없이 'DDS의 식구'라고 지칭되는 그들은 비록 같이 연주

를 하면서 음악활동은 하지 않지만 물심양면으로 팀의 또 다른 일원으로서 팀이 잘 꾸러질 수 있도록 힘을 써주는 이들도 있다.

'엄마 덕에 나 뮤지션 됐어!'

일반 뮤지션이라면 모를까, 솔직히 청소년 시절부터 그룹활동을 하면서 치과대학에 들어가기란 현실적으로 쉽지 않기 때문에 이들 대부분은 대학 때 그룹활동을 시작했다. 베이스기타의 장세영 원장은 대학 때는 통기타와 클래식 기타로 음악활동을 계속했고 DDS밴드에서 베이스 기타를 맡게 되었다. 2002년 강서양천구동문송년회때 한정희, 이원태 원장과 3인조 밴드를 선보인 적이 있었고 그것이 계기가 돼 DDS밴드 멤버로 충원되었다. 팀의 가장 막내인 세컨 기타의 임주홍 원장 역시 대학 때 동아리 활동으로 그룹 활동을 하면서 기타를 치게 되었다. 그저 친구들과 어울리다 시작한 것이 지금까지 왔단다.

반면 키보드의 김동원 원장은 건반과의 인연이 남 다르다.

"그룹활동은 DDS가 처음입니다. 어릴 때 어머니의 '성화'에 끌려 다니면서 배운 피아노 레슨 덕을 좀 본 거죠. 그때는 왜 그렇게 하기 싫던지... 지금은 너무 재미있습니다."

장한 대한민국 어머니의 높은 교육열이 결국 빛을 발하게 된 거라면 지나친 과장일까. 사실 삶을 살다 보면 어릴 때는 이해할 수 없고 거역만 하고 싶은 어른들의 가르침이 새록새록 감사하게 느껴질 때가 많다. 건반에 손을 얹고 지난 일을 추억하면서 말하는 그의 모습에서 어머니를 향한 고마움을 느낄 수 있어서 참 따뜻했다.

삼인삼색(三人三色)의 보컬

DDS밴드에는 객원까지 3명의 보컬이 있다. 엄격한 '노래방 테스트(?)'를 통과한 삼색(三色)의 삼인(三人)이다. 자신의 악기를 연주하는 세션과 달리 그들의 연주에 멋진 색을 입혀주는 이들이다. 사실 노래방 테스트는 웃자고 하는 얘기다. 이미 이들은 치과 의사들 세계에서 '한 노래' 한다고 이름이 나 있는 이들이었고, 세션들과 서로간에 느낌이 통해서 한 배를 타게 되었다. 자타가 공인하는 '노래방 도우미' 출신이라는 최성관 원장은 김경호와 같은 미성의 고음 처리가 돋보이는 보컬을 가졌고, 장일성 원장은 누구나 편히 들을 수 있는 풍부한 성량의 락발라드가 전공이다. 한정희 원장은 로맨틱한 저음의 블루스 음악에 제격인 '카펫트 보이즈'의 소유자다.

이 삼인삼색의 보컬로 중무장한 DDS는 활동을 거듭할수록

그저 자신만을 위한 활동이 아니라 사람들과 '공감' 하는 음악을 선보이기 위해 노력하고 있다. 예전에는 단순히 음악이 좋은 것들을 연주했었다. 당연히 첫 번째 공연에서는 주로 DDS멤버들이 하고 싶은 곡 위주로 연주했었다. 그러나 공연 후 콘서트라는 것은 무엇보다도 관객의 호응이 중요하다는 것을 느끼면서 변화하기 시작했다.

즉, 공연이란 뮤지션들과 관객이 서로 공감을 하고 같이 즐길 수 있어야 한다는 것을 느낀 것이다.

그래서 지난 가을 공연 때는 DDS밴드가 하고 싶은 곡과 관객의 반응을 끌어낼 수 있는 곡을 반씩 나눠서 공연을 기획했다. 또한 노래뿐만 아니라 보여지는 부분 역시 신경을 썼다. 치과 의사로서는 웬지 '어울리지' 않는 두건에 션그라스는 물론이고 남성미 물씬 풍기는 민소매의 섹시한 의상까지 소화해냈다. 아무리 아마추어라지만 객석에서는 아마추어라고 용서하지 않기 때문 이란다.

음악이 좋다! 사람이 좋다!!

음악활동을 하기 위해 의기투합을 한 이들이지만 매년 음악만을 위해 모이지는 않는다. 같이 운동도 하고 산에도 간다. 멤버간의 더 좋은 팀웍을 위해 MT도 다녀왔다. 음악을 즐겁게 즐기는 이들의 모임이어서 그런지 이들에게는 멤버 간에 나이차이를 느낄 수가 없었다. 13년이라는 많은 나이차가 있지만 서로간에 '세대불협화음'이란 없다. 음악을 해서 그런지 다들 다소 예민하기도 하고 자기 주장들도 강한 편이지만 서로 인정하면서 서로의 개성을 살려주고자 노력을 하기 때문에 그렇단다.

올해도 세 번째 정기 공연을 계획하고 있다. 리드 기타를 담당하던 이원태 원장이 더욱 심도 있는 음악활동을 하기 위해 가을 공연을 마지막으로 밴드활동을 잠시 중단했다. 운 좋게도 올해 1월에는 이원태 선생님과 임주홍 선생님의 자리를 메꾸어줄 새로운 기타리스트 이정일, 이의석 선생님 두 분이 DDS밴드로 영입되었다. 이들의 DDS밴드에서의 연주와 활동에 많은 기대가 된다. 기타 외에도 여성 보컬 또한 활동을 같이하면서 더욱 다양한 색의 DDS밴드를 희망한다. **■**

Doctor of Dental Sound



키보드 | 김동원 원장



근정전과 품계석

지금의 광화문 광장은 예전에 의정부와 함께 육조인 이조, 호조, 예조, 병조, 형조, 공조의 관아들이 양편으로 늘어난 위엄 있는 '육조거리'였다. 경복궁 앞에서는 왕을 제외한 모든 사람들은 가마나 말에서 내려야 했는데 이를 알려주는 '경복궁 하마비(下馬碑)'가 바로 지금의 '광화문 지킴이' 해태다. 불의를 징벌하는 상징이자 사람의 선악을 구별해 준다는 전설의 뿔을 지닌 상상의 동물이다. 아쉽게도 경복궁 복원 계획에 따라 잠시 동안은 볼 수 없다. 서울의 심장부에 자리 잡은 경복궁은 정부의 계속되는 복원노력으로 더 이상 무덤덤한 고궁(古宮)이 아니라, 우리의 자랑스런 정기가 흐르는 왕궁(王宮)의 모습으로 재탄생 중이다. 진행_문혜영·사진_전상률



사정전



향원정

景福宮

그 이름이 아름다워 듣는 이에게 감동을 주는 행복이 가득한 집 - 경복궁

경복궁을 굳이 한마디로 정의하면 조선의 임금과 그의 가족을 위해 조선시대에 처음으로 지어진 '제일 큰 집'이다. 이렇게 크고 좋은 집이 있는데도 서울에 다른 궁이 있는 것은 여러 왕족의 편익과 화재나 병마와 같은 만약의 사태를 위해 이사갈 집을 만들어 놓았기 때문이다.

태조대왕 이성계가 새로운 조선 왕조를 위해 당시 고려의 수도인 개성을 떠나 새로운 수도로서 지금의 서울인 한양을 정하고는 바로 처음 한 일이 자신의 왕조가 대대손손 살 집, 그러니까 궁궐을 만드는 것이었다.

답은 너무 자명하다. 당연히 한양에서 가장 풍수가 좋은 터에 좋은 것을 가득 채워 집을 지었을 것이다. 신하들은 각 궁궐의 건물과 누 그리고 문 등에 축원의 의미를 담아 이름을 하나씩 정성껏 지어 붙였다. 무엇보다 왕의 진정한 행복을 빌면서 궁의 이름을 '景福宮-행복이 가득한 집'이라고 하였다. 궁궐을 완공하고 한 달 뒤 베풀어진 연회에서 정도전이 왕명을 받아 다음처럼 말하면서 이름을 지어 올렸다고 한다.

“궁궐이란 임금이 정사를 다스리는 곳이요, 사방이 우리러보는 곳이요, 신민들이 다 나아가는 곳이므로 제도를 장엄하게 해서 위엄을 보이고 이름을 아름답게 지어 보고 듣는 자에게 감동을 주어야 합니다.”



경복궁 전경

제 1구역 외조(外朝)

광화문에서부터 홍례문 금천교를 지나 근정문 앞까지 조정의 관료들이 집무하는 관청이 있는 구역

경복궁을 건축할 당시 궁 내 건물 배치에는 큰 원칙이 있었다. 궁실 제도의 원초적 형식이자 일종의 '제도적 틀'이었다. 외조(外朝)라 하여 조정의 관료들이 근무하는 관청이 있는 구역과 왕이 신하들과 정치를 행하는 공공의 구역으로서 정전과 편전이 자리한 치조(治朝) 그리고 마지막으로 왕과 왕비, 왕실 일족이 생활하는 거주 구역인 침전이 있는 연조(燕朝)가 그것이다. 때문에 경복궁을 크게 세 구역으로 나눠 그 의미를 찾아보면 또 다른 재미가 있다.

궁궐은 왕과 왕의 가족이 사는 사적인 곳이자, 정사를 돌보는 공적인 곳이기도 하기 때문에 많은 공무원들의 생활 공간이었다. 왕의 업무 편의성과 권위 그리고 무엇보다 사생활 보호 입장에서 생각해 보면 '삼조'의 순서가 어떻게 배치되었는지 따로 설명하지 않아도 상상이 간다. 당연히 공무원들만 다니는 외조가 광화문에서 근정문 앞까지 가장 먼저 위치하고, 하늘 아래 가장 높은 분이 정사를 돌보시는 곳이에 당시 한양에서 가장 높은 건물이었던 근정전과 정사를 돌보는 사정전 등이 있었던 치조가 그 다음이고, 마지막으로 왕과 그의 가족들의 개인 공간이었던 연조가 자리 잡은 것이다.

그럼 하마비인 해태를 지나 경복궁 일주에 들어가 보자

광화문은 처음에는 그냥 '정문' 정도로 불리다가 세종대왕 때 '광화문'이라는 이름이 생겼다. 광화문은 조선의 궁궐대문 중에서 유일한 '궐문형식'이다. 즉, 돌을 쌓아 세 개의 무지개 모양의 문을 만들고 그 위에 문루(門樓)를 올려 놓은 것이다. 세 문 중 왼쪽은 군인 출신 관료들이, 오른쪽은 학자 출신의 관료들이 가운데는 당연히 왕과 왕비만이 출입할 수 있었다. 지금도 이 무지개 모양 문을 지날 때 위를 보면 가운데는 임금을 상징하는 봉황이, 오른쪽에는 문신을 의미하는 천마도가, 왼쪽에는 무신을 의미하는 거북이가 그려져 있는 것을 확인할 수 있다.



광화문 수문장

1592년 임진왜란 때 불에 탄 이후 고종 때 300년 만에 부활했던 광화문을 일제가 조선총독부 건물을 지으면서 동쪽 궁성인 건춘문 북쪽으로 옮겨버렸다. 그런데 일제가 뭐가 아쉬워서 다른 궐내 건물은 마구 없애면서도 광화문은 그 수고를 해가며 자리를 옮겨준 것일까? 당시 일본인 중에 무척이나 심미안을 가진 사람이 있었다. '정치는 예술에 예의를 갖춰야 한다'며 자기 나라의 만행을 미안해 하는 글을 쓴 것이 계기가 되어 광화문을 헐지 말자는 일본인 여론이 생겼다. 때문에 광화문은 기적적으로 위치를 조금 바뀌는 것만으로 명을 더할 수 있었던 것이다.

'억세계 운 좋았던(?)' 광화문은 한국전쟁 때 그만 폭격을 맞아 돌기둥만 덩그러니 남게 된다. 남의 손이 아니라 우리 손에 운명을 다 한 것이다. 1968년 박정희 전 대통령의 지시로 미흡하나마 복원 작업이 이뤄졌고, 오늘에 이르러 계속해서 좀 더 제 모습을 찾기 위해 열심히 복원 작업을 하고 있다.

광화문을 지나면 작은 개천인 '금천'과 돌다리인 '영제교'가 나온다. 영제교 아래 금천은 이 지역이 경복궁의 입지가 된 풍수적 중요 요소 중 하나다. 바로 배산임수의 '水'를 의미하는 것이다. 소위 '명당'이라고 하면 언뜻 '배산임수'가 떠오른다. 명당지역에서 가장 중요한 것이 바로 산아래 평지를 명당자리로 만들어 주는 '명당수'다. 보기에는 그저 실개천 같은 이 물이 명당의 기운이 외부로 빠지지 않게 하는 역할과 함께 외부에서 침범하는 나쁜 기운을 막아주는 역할을 한다. 그렇기 때문에 개천의 흐름이 광화문, 근정전, 사정전 등의 건물과 평행하여 흐른다. 산줄기를 타고 내려오는 좋은 기운이 궁궐의 가장 안쪽의 교태전 그리고 강녕전과 사정전 그리고 근정전으로 흘러 내려오는데 이 기운을 가로막고 그 기운을 왕이 다가질 수 있도록 기운이 내려오는 방향과 90도로 가로질러 흐르게 되는 것이다.

이곳이 명당 지역임을 알려주는 작은 힌트가 또 있다. 명당인 근정전 마당의 입구인 근정문 양편에는 '일화문(日華文)'과 '월화문(月華門)'이 있는데, 일(日)+월(月)=명(明) 즉 明자의 한자 구성 하나씩을 문의 이름에 넣은 것이다.

이곳이 명당 지역임을 알려주는 작은 힌트가 또 있다. 명당인 근정전 마당의 입구인 근정문 양편에는 '일화문(日華文)'과 '월화문(月華門)'이 있는데, 일(日)+월(月)=명(明) 즉 明자의 한자 구성 하나씩을 문의 이름에 넣은 것이다.



광화문과 해태상

일제에 의해 왜곡된 광화문 자리를 바로잡는 중이어서 지금은 볼 수가 없다. 이런 우리의 역사를 바로 잡는 복원작업을 통해 민족의 자존심을 살릴 수 있을 것이다.



영제교와 근정문

일화문





근정전

제 2구역 치조(治朝)

경복궁의 제 1건물인 근정전이 대표
왕이 신하들과 정치를 행하는 공공구역

“이 세상 모든 일은 부지런해야 다스릴 수 있습니다. 온 백성의 아버지인 임금님도 부지런함으로(근·勤) 이를 다스려야(정·政) 할 것입니다.”

근정전 이름의 연유다. 앞서도 말했듯이 경복궁은 신하들이 왕을 위해서 축원의 의미를 담아 건물이나 문 등에 이름을 지은 것이 많다. 그러나 근정전만큼은 축원의 의미가 아니라 왕으로서 백성에 대한 책임을 이야기 한다. 국왕은 국가를 위해 부지런히 정사에 임하여야 한다는 근정(勤政)인 것이다.

왕의 존엄함의 상징인 근정전은 일단 그 높이에서부터 여타의 건물과는 차이가 있다. 경복궁 내 건물 중 가장 높은 건물이 바로 근정전이다. 또한 왕을 상징하는 황룡 두 마리가 근정전 전장에 있는데 자세히 보면 이들의 발가락이 무려 7개인 ‘칠조룡(七爪龍)’이다.

사실 칠조룡은 황제를 상징하는 것이고 왕의 그것은 오조룡이다. 아마도 고종이 황제가 되었을 때 오조룡에서 칠조룡으로 바뀐 것으로 파악된다.

근정전의 경외감은 ‘월대’에서도 느껴진다. 다른 전각에서는 볼 수 없는 장엄함이 근정전 월대에는 있다. 월대 기둥에는 갖가지 동물들이 자



근정전 12지석

리에 있는데 사신사(하늘에서 내려온 수호신) 동물도 있고 십이지(十二支地) 동물(땅의 방위를 표시하는 동물) 석상들도 있다.

이 월대에 새겨진 동물상의 순서를 제대로 보려면 왕의 입장에서 월대를 봐야 하며, 좌청룡 우백호 전주작 후현무라는 방위를 나타내는 수호신을 알아야 한다. 왕의 입장에서 월대를 봐야 한다는 것은 바로 좌청룡의 ‘좌’ 즉 ‘왼쪽’은 우리가 아래에서 근정전을 바라보는 방향에서 좌측이 아니라 왕이 용상에 앉아서 ‘건물 밖을 바라볼 때 좌측’이다. 다시 말해 우리가 바라보는 방향으로는 건물의 오른쪽이다. 우백호는 반대다.

다음으로 월대의 십이지 동물상 중 동서남북의 방위를 상징하는 동물을 먼저 배치해 뒀다는 것을 알아야 한다. 자(쥐)는 북, 묘(토끼)는 동, 오(말)는 남, 유(닭)는 서쪽이다. 이렇게 하여 근정전을 바라보는 입장에서 동쪽에는 청룡과 토끼상이, 정면 즉 남쪽에는 주작과 말이, 근정전 서쪽에는 백호와 닭이, 북쪽에는 현무와 쥐가 있는 것이다. 그런데 그 연유가 알쏭달쏭한 것이 남쪽에 호랑이가 하나 더 있다는 점과 개와 돼지 상을 찾아볼 수 없다는 점이다. 이유는 다음과 같다. 호랑이가 무인을 상징했기 때문에 근정전을 호위하는 무사 임무를 주어 호랑이 석상만 유일



근정전 홍문양



경녕전

제 3구역 연조(燕朝)

왕의 건강과 안녕을 담고있는 내전들
왕과 왕실가족의 사적인 구역

왕이 정치를 하는 치조 구역- 외전(外殿)이 왕의 근무지라면, 내전(內殿)은 왕의 집이다. 그 중 강녕전은 왕이 생활하는 방이며, 교태전은 왕비가 살림하는 방이다.

외전의 건물 현판에는 왕이 근무를 하는 곳이기 때문에 현판 글씨 역시 열심히 일하고 생각하라는 사훈(社訓)이 써져 있다. 반면 왕의 침소인 강녕전은 왕의 복을 기원하는 마음을 담아 건강(健康)과 안녕(安寧)을 기원하며 이 글자 중 한자씩 가져와 지었다.

왕의 복을 기원하는 마음으로 지은 강녕전의 시작은 강녕전의 정문 향오문(嚮五門: 즉 오복문 五福門)에서 시작된다. 왕은 인간으로 누릴 수 있는 오복(五福: 장수, 재물, 건강, 벼슬, 자손) 중 재물이나 벼슬은 이미 하늘로부터 받았다. 그러나 장수는 왕이라고 할지라도 어찌할 수 없는 법. 이에 반해 건강이나 자손은 왕의 노력 여부에 따라 바뀔 수 있는 것이었다. 때문에 경복궁의 대전인 강녕전은 왕의 복 중 가장 중요한 건강을 기원하는 뜻으로, ‘경복궁’이란 이름 다음으로 지은 중요한 이름이다.

내전의 모든 건물은 외전의 건물들과 달리 바닥에 붙어 있고 낮다. 뿐만 아니라 천장도 낮다. 모두 건물의 기둥이 ‘방주’인 것과 연관이 있다. 이곳은 정신의 활동을 하는 곳이 아니고 땅의 기운을 받아 편히 쉬고 자야 하는 곳이기 때문에 땅의 기운인 음기를 받으려고 지방 기둥을 낮게 세웠다. 또한 왕과 왕비의 침소에는 용마루가 없는 지방양식인 ‘무량갯’으로 건물을 지었다. 용마루의 용은 왕을 상징하기 때문에 주무시는 왕, 즉 용 위에 또 다른 용이 있으면 좋지 않은 형국이라 왕이 주무시는 곳에는 용마루가 없는 것이다.



사정전

하게 남쪽 계단 가장 아래 출입구에 세워 궁을 지키도록 했고, 개와 돼지가 없는 이유는 우리가 아직 덜 된 이들을 비유하여 개, 돼지를 이용한 말을 하기 때문에 이 동물들은 빠졌다고 한다.

정신적 활동 공간 사정전(思政殿)

공식적 국가행사장인 정치하는 건물, 정전(政殿)이 근정전이었던 반면, 실질적인 왕의 국사집무실은 바로 편전(便殿)인 사정전이다. 별의 별 다양한 정사가 접수되었던 곳, 당연히 어진 왕이 되기 위해서는 모든 일에 심사숙고 해야 했으며 뿐만 아니라 사정전에서는 새벽부터 저녁까지 공부를 해야 했다.



강녕전 주변에는 ‘어정’이라 하여 왕을 위한 우물이 있다. 왕이 마시는 물이기에 각별한 관리를 통해 늘 깨끗하고 신선한 물을 올렸다.



교태전 아미산 굴뚝



자경전 꽃담



집옥채

집옥채는 지금까지 우리가 친근하게 봤던 건물들과 달리 중국풍이 매우 강한 전각이다. 고종황제 시절 흥선대원군에 의해 건립된 곳이다. 흥선대원군이 중국의 건축업자까지 데려와서 지은 이 건물은 주로 황제의 서재로 활용됐다. 유리창문까지 끼여 있는 모습이 매우 낯설고 어색한 감이 들었지만, 그래도 집옥채 옆으로 한 건물처럼 연결된 협길당과 팔우정을 보면 나름 우리 전통 궁궐 형태를 지켰다. 2005년까지만 해도 민간인 통제구역이었던 곳이기에 집옥채를 가까이 보는 느낌이 감동적이다.

아미산의 의미

교태전의 후원으로 많이 소개되고 있는 아미산은 사실 태종 12년(1412년)에 만들어졌고, 교태전은 28년 후인 1441년에 짓기 시작했다. 아미산의 처음 용도가 교태전의 꽃밭이 아닌란 것이다. 다시 말해 강녕전 뒤에 흙을 높이 쌓은 것이 바로 아미산의 시작이다. 아주 간단히 이야기하면 명당 자리인 경복궁에서 강녕전의 위치가 풍수적으로 혈(穴)의 자리가 되어야 하는데, 그러기 위해서는 반드시 그 뒤에 ‘잉(孕)’이라는 요소가 있어야 한다.

밀레니엄 시대를 살아가고 있는 우리에게 잘 이해되지는 않지만, ‘아미’라는 이름을 봐도 아미산이 ‘잉’이라는 것을 입증하고 있다. 풍수에서는 언덕처럼 생긴 잉이 혈자리로 들어가는 모양이 눈썹처럼 생긴 것이 좋다고 한다. 그래서 아름다운 눈썹을 일컫는 그 흙을 쌓아올린 작은 언덕을 ‘아미’라고 이름 지은 것이다. 후에 교태전이 들어오고 꽃밭의 역할도 하게 되었는데 이런 풍수적 기본지식이 없는 우리들에게는 그저 ‘중궁전 꽃밭’이라고 밖에는 이해되지 않는 것도 사실이다.

아미산에 화초의 계단 속 굴뚝은 굴뚝임에도 불구하고 그리 높지 않다. 요즘 공장 굴뚝의 나쁜 연기와 달리 장작불 연기는 인체에 무해할 뿐만 아니라 도움도 됐다. 교태전 방의 구들을 덮혀서 온돌의 기능을 다한 뒤 굴뚝을 빠져 나와 마당 구석구석을 메우던 연기는 잡충과 잡벌레까지 제거했다. 우리 전통 난방 방식인 온돌의 지혜가 느껴진다.

경복궁 건물 중 우리 조상의 아름다움을 사랑하는 마음과 부모를 사랑하는 효심을 한눈에 느낄 수 있는 곳이 바로 자경전이다. ‘왕실의 어른들에게 경사가 있기를 바란다’는 뜻의 자경전(慈慶殿). 바로 대비마마전이다. 이곳은 여러 무늬가 아름답게 장식되어 있는 ‘꽃담’으로 둘러 싸여 있는데, 무늬 하나 하나를 가만히 보면 만(萬), 수(壽), 복(福), 강(疆) 녕(寧) 등 왕의 어머니를 향한 효심을 알 수 있다. 자경전 뒤뜰에 대비마마의 장수를 비는 십장생이 묘사되어 있는 굴뚝 역시 무척 아름답다.



경회루

제 4구역 후원

한양에서 제일가는 연못에 자리잡은 경회루

만원짜리 지폐에서 자주 만나는 경회루는 외국에서 사신이 올 때나 국가에 경사가 있을 때 연회를 한 곳이라고 실록에 기록되어 있다. 고종 황제 때 중건된 경회루는 이전에는 돌기둥에 비룡 문양이 새겨져 있을 만큼 멋진 건물이었고 담으로 둘러 싸여 있어 쉽게 근접하기 어려운 곳이었다.

현존하는 가장 큰 누각인 경회루는 지붕 위의 잡상이 무려 11개나 있다. 보통 건물에는 5개 정도만 있는 잡상이 경회루에는 유난히 많다. 보통 잡상은 중요한 건물일수록 수가 많은데 건물을 지켜준다는 잡상 덕에 일제시대에도 손상되지 않은 듯 하다. 한편 풍수적으로는 경회루 연못은 경복궁 내전으로 들어오는 인왕산의 산살(山殺)기운을 막는 역할을 한다.

경회루가 잔치를 하는 곳이라 경회(慶會)란 뜻은 ‘경사스러운 일이 모이기를 바란다’로 해석할 수 있으나, 여기서 경회는 ‘똑바른 사람을 만나야 경사스러운 일이 일어난다’란 뜻으로, 왕과 신하의 관계를 이야기 한다. 항상 바른 정치를 하여 좋은 일이 많이 생기를 바라는 마음이 엿보인다.

액운을 없애는 향원정

경복궁 근정전에서 즉위식을 거행한 세종대왕은 경복궁에서 가장 오래 살았던 국왕이었다. 그러나 세종 이후 경복궁은 왕과 차츰 인연이 멀어져 갔다. 제 5대 문종과 제 6대 단종이 단명 하고, 제 7대 세조는 몸쓸 병에 걸려 운명 하고, 제 8대 예종도 단명하자 제 9대 성종은 창덕궁으로 아예 이사를 갔다. 그 후 임진 왜란 때 경복궁은 전소되었다. 왜란 이후부터 270여년간 방치된 경복궁 터가 복원된 것은 고종 때다.

이때 경복궁에 또 하나의 연못이 조성되었다. 바로 향원정이다. 불운을 떨쳐버리고 새롭게 복원을 할 때 가장 신경 썼던 것이 무엇이었을까? 당연히 불행을 가져오는 것들을 없애는 것이다. 향원정을 내전쪽에서 바라보면 인왕산을 가리고 있다. 백악 산살을 막고 있다. 경회루나 향원정이나 모두 나쁜 산의 기운을 막는 역할을 하는데 이런 것을 전문용어로 ‘풍수비보’라고 한다.

풍수적으로는 비슷한 역할을 하지만, 경회루가 공식적인 연회 등의 공적기능을 한다면, 향원정은 왕실 가족이 차분히 휴식을 취할 수 있도록 만들어진 것이다. 현재의 향원정은 참으로 아름다워 사진 한 장 찍지 않고는 발걸음을 땔수 없다.

백성을 사랑하는 검소한 마음으로 지은 아름다운 경복궁

경복궁이 다른 나라의 궁궐보다 외관으로 보이는 크기나 화려함은 조금 떨어질지 모르겠지만 그 의미를 따지자면 어느 궁에 비해 뒤지지 않는다. 일단 규모면에서 일체에 의해 많이 훼손된 것도 사실이지만, 실제 규모도 고려 때 궁에 비하면 많이 축소되어 있는데 이는 모두 백성을 위한 것이었다.

“검소하면서도 누추한 지경에 이르지 않고 화려하면서도 사치한 지경에 이르지 않도록 하는 것이 아름다운 것이다. 그러나 검소한 덕 있는 것이고 사치란 커다란 악이니 사치스럽게 하는 것보다는 차라리 검소해야 할 것이다.”

행복이 가득한 집, 경복궁. 안팎으로 새겨진 의미를 하나 들춰 읽어 보면 어느 궁궐보다 참으로 아름답다는 생각이 드는 곳이다. [출처]



향원정

정철민 원장이 소개하는 책 안동림의 <이 한 장의 명반>



<금난새와 떠나는 클래식 여행>이란 책에 금난새 씨는 '클래식은 룰(Rule)을 알고 즐기는 야구 게임과 같다'고 했다. 야구 게임은 룰을 모르고 보면 아무 흥미도 가질 수 없는 게임에 불과하지만 몇 가지 룰을 익히고 나면 너무나 흥미진진해진다는 것이다. 아무 준비없이 들으면 어렵고 막막하기만 한 클래식. 이번 기회에 정철민 원장이 소개해주는 책 <이 한 장의 명반>을 통해 클래식이 주는 환희'를 즐길 수 있게 된다면 삶이 좀 더 윤택해지지 않을까.

진행_ 문혜영 · 사진_ 전상률


클래식에 관련된 책이 많은데 굳이 안동림 교수의 '이 한 장의 명반-클래식'을 추천하는 이유는 무엇입니까?

이 책이 저에게 특별한 계기가 되었기 때문입니다. 우연히 오디오 잡지에 나온 책 소개를 보고 책이름이 너무 멋져서 샀어요(웃음). 어쨌든 사서 읽는데, 참 재미있더라고요. 그래서 책을 추천하라고 하면 항상 이 책이 먼저 생각납니다. 이 책에 나오는 명음반 소개를 보면, 약 45곡 정도는 많이 기술되어 있고 나머지는 약간씩 소개가 되어 있습니다. 그런데 보세요, 클래식 중에 이 45곡 외에도 주석을 달아 설명할 수 있는 것이 얼마나 많았어요. 책을 읽고 나서는 저도 나름대로 안동림 교수처럼 좋아하는 음반에 이런 주석을 달 수 있도록 이것 저것 공부하게 되더라고요. 특히 안 교수님은 현대 지휘자들의 특징에 대해 정말 잘 썼어요. 저도 이 책에서 보고 배워 '카를로스 클라이버'란 지휘자의 판은 거의 다 사게 되었습니다. 다른 사람들에게도 그런 계기가 될 지는 모르겠지만, 어쨌든 재미있고 클래식을 이해하는 수준을 한 단계 높여준 것은 확실한 것 같아요.

책의 내용 중에서 가장 재미있거나 의미 있게 읽으신 부분이 있다면?

모든 첼리스트의 바이블이 된 바하의 <무반주 첼로 조곡>에 관한 부분을 들 수 있습니다. 200년 동안이나 잠자고 있던 바하의 무반주 첼로 조곡의 6개 악보가 1889년 당시 13세였던 파블로 카잘스에 의해 발견된 거죠. 음악사적으로 볼 때 정말 위대한 발견이라고 할 수 있는 이 운명적 발견. 카잘스는 그 후 12년간 집념 어린 연구와 피나는 연습 후 첫 공개 연주를 하고 96세로 죽는 날까지 매일 같이 이 곡을 연습했다고 합니다. 40년 간에 걸쳐 체험과 연구를 거듭한 후 녹음을 했는데, 그 생동하는 역사적 명연주를 담은 음반에 관한 소개 부분이 참으로 인상 깊었습니다.

책의 내용 중 '음악을 궁극적으로 받아들이는 최고의 명기는 나 자신이다' 라는 말의 의미를 어떻게 해석하십니까?

음악 자체를 즐기는 것과 음, 즉 '기계에서 나오는 소리'를 즐기는 것은 다른 것이죠. 몇몇 사람들이 음악 자체 보다는 기계에서 나오는 깨끗한 음을 즐기는 것에 몰두하여 기계에 치중하는 것을 염려하여 쓴 말입니다. 명기의 소리보다는 내 자신 스스로가 명기가 되어야만 좋은 음악을 제대로 즐길 수 있게 되는 것입니다. 즉, 자기 자신의 생활이나 수준을 높여야만 음악을 제대로 느낄 수 있다는 것입니다. 

Book



- <이 한 장의 명반> 중 정철민 원장이 가장 좋아하는 음반 Best 4
1. 베토벤의 교향곡 전집 (지휘 / 후르트벵글러)
 2. 드보르작의 첼로협주곡 (연주 / 아노스 스타커)
 3. 브람스의 바이올린 협주곡 (연주 / 지네트 노뷔)
 4. 브람스 교향곡 1번 (지휘 / 샤를르 문슈)



진짜 · 眞 · Really ?

장세영 공보위원

충치발생은 유전이라기 보다는 식습관에 의한다?

충치를 단순히 유전이라고 하기에는 많은 문제점이 있다. 치아 외형의 이상, 치아 숫자의 결손이나 추가, 연조직의 형태 이상, 타액의 질 등은 어느 정도 유전된다. 그러나 충치는 그런 문제보다는 생활 환경이나 식사 습관쪽에 더 연관이 있다. 구강 위생에 무관심하다면, 충치가 없는 것이 오히려 이상할 정도이며, 유전 이전의 문제라고 할 수 있다.

설탕을 넣지 않은 커피는 충치의 아픔을 어느 정도 부드럽게 한다?

치아가 몹시 아플 때 여러 가지 응급 처치를 하는데, 미지근한 물이나 소금물로 몇 번 양치 하는 것도 효과가 있다. 또한 일시적이긴 하지만 미지근한 물에 커피를 타 마시거나 머금으면 상당히 효과가 있다. 커피에는 카페인이 포함되어 있기 때문에 예전부터 진정제의 효과를 돕는 보강제로 사용 되었다.

치아가 나오기 전에 아기에게 단 것을 주면 나오는 치아가 충치가 되기 쉽다?

아직 나오지 않은 치아에 단 음식이 직접 영향을 미치지 않는다. 그러나 문제가 되는 것은 이렇게 해서 단 것에 익숙해진 아이의 미각이다. 습관상으로 훈련된 미각은 좀처럼 버리기 어려워 치아가 나온 후에도 습관적으로 단 것을 먹게 되므로 충치가 생기기 쉽다. 예방적인 의미에서 처음부터 충치가 잘 생기지 않는 식단, 정기적인 예방, 불소도포, 실런트와 같은 치료를 해 주어야 한다.

아주 뜨거운 음식물은 잇몸에 해를 준다?

우리나라 음식은 찜기나 국과 같이 뜨거운 음식이 많은데 치아 속의 치수(신경)나 잇몸은 대단히 연약하고 섬세한 조직으로 이루어져 있기 때문에 뜨거운 음식은 잇몸에 해로운 자극으로 작용한다. 이러한 뜨거운 온도 자극이 오랫동안 자주 지속되면 잇몸 염증을 유발하고, 치은염까지 생기게 된다. 서양 속담에도 "뜨거운 음식은 풍치의 원인이 된다"는 말이 있을 정도이다. 뜨거운 음식이 맛이 있기는 하지만 치아나 잇몸을 위해서는 너무 뜨거운 음식은 피하는 것이 좋다.

김치를 먹으면 충치 발생이 저하된다?

타액은 치아 건강에 많은 역할을 한다. 타액은 치아에 붙어 있는 음식물을 기계적으로 청소해주고, 불순물을 희석하고, 산성화 되는 것을 완화하며 효소의 살균 작용으로 치아를 충치로부터 보호하는 역할을 한다. 침이 많이 나오게 하는 음식물을 먹는 것은 이러한 이유 때문이다. 김치 같은 신 음식을 먹게 되면 타액 분비를 촉진시키고 동시에 갈증을 느끼게 되므로 물이나 차를 마시게 되어 입안이 깨끗하게 되는 상승작용을 일으켜 충치 예방에도 효과가 있다고 할 수 있다. 또한 김치는 수분을 다량 함유하고 있어 유해물질을 희석·중화하며, 김치의 섬유질은 치아 표면을 마찰하는 청소작용을 한다.

〈알기쉬운치아관리-김규문 著〉발체

충치가 많은 어린이는 감기에 걸리기 쉽다?

충치로 인해 치아에 구멍이 뚫리면 그곳에 바이러스나 세균이 쉽게 들어간다. 구강 내에는 많은 세균이 있어 치아 속으로 들어가려고 호시탐탐 기회를 노리고 있다. 충치가 만성적으로 진행되면 몸의 저항력이 떨어지고, 감기에도 잘 걸리는 허약 체질이 되기 쉽다. 또한 충치가 더욱 심하게 되면 잇몸과 턱이 붓기도 하여 식사를 잘 하지 못한다. 즉, 건강하게 자라는 데 지장을 준다.

니모를 찾아서

몇 년 전 개봉한 만화영화 '니모를 찾아서'에는 치과의사와 치과 진료실 이야기가 나온다. 영화는 호주 동북부 연안의 산호초 해역에서 살던 광대 물고기 니모가 등교길에 열대어를 수집하는 치과의사에게 잡혀 병원 수족관에 갇힌 뒤 우여곡절 끝에 탈출하게 된다는 얘기가. 그런데 이 수족관 속 물고기들의 대화가 재미있다. 거의 평생(?)을 진료실 속에 살다 보니, '서당개 삼 년이면 풍월을 읊는다'고 그들의 대화는 일반인들이 도대체 알아들을 수 없을 만큼 전문적인 것이다. 사실 그 내용을 알아듣지 못한다고 해도 전체적인 내용을 이해하는 데는 무리가 없지만, 은근히 '수족관 속 똑똑한 물고기'들의 대화가 어떤 내용인지 궁금하다.

Dialog 대화

"Root canal... and by the looks of those x-rays"

"엑스레이 결과에 따르면 **신경치료**야"

"It's not going to be pretty."

"섬뜩한 장면이겠는데?"

"Dam and clamp installed?"

"**러버댐과 클램프**는 장착했죠?"

"What did he use to open?"

"치료하는데 사용하는 기구는?"

"Gator-Glidden drill."

"**GG 드릴**"

"He seems to favor that one lately."

"요즘에 그거 즐겨 쓰더라."

"I can't see, Flo. You're getting a little too!"

"너 너무 가까이 오잖아. 안 보이잖아. 플로"

"Now he's doing the Schilder technique."

"이제는 **실더(Schilder)법**을 쓰는군."

"He's using a Hedstrom file."

"**H-파일**을 사용하네."

"That's not a Hedstrom file. That's a K-Flex."

"**H-파일**이 아냐. 저건 **K-파일**이야"

"It has a teardrop cross-section. Clearly a Hedstrom."

"횡단면이 물방울 모양이잖아. 그러니까 분명 저건 **H-파일**이라고."

"No, no, K-Flex."

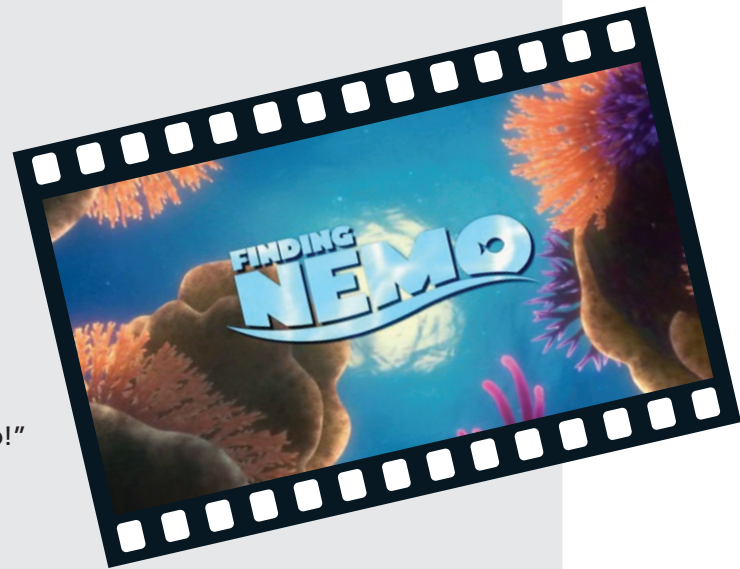
"아니 아냐 **K-파일**이야."

"Hedstrom."

"**H-파일**이야"

"K-Flex!"

"**K-파일**이야"



참으로 똑똑한 물고기입니다. 진료실에 있는 치료기구에 대해서 이렇게 흰히 꿰뚫고 있다니 말입니다. 게다가 엑스레이 결과도 판독할 수 있고 말이죠. 그럼 이들의 대화에서 나오는 전문용어들을 하나씩 풀어볼까요?

신경치료

귀엽고 영특한 물고기들이 처음으로 말한 '신경치료'라는 것은 일반적으로 치아를 보존하는 것으로 마취를 한 후 염증이 일어난 신경조직을 잘라낸 다음 그 공간을 소독하여 충전하는 치료를 말합니다. 보통 수일에 한번씩 4~5회 정도 치료를 받으며, 치아의 손상이 심한 경우에는 치아 내부에 기둥을 세우기도 하죠. 이 치료를 받으면 치통이 사라지고, 염증이 치아뿌리 부분을 둘러싸고 있는 뼈조직까지 퍼지는 것을 방지할 수 있습니다. 만약 손상된 신경을 제거하지 않는 경우에는 통증이 심하게 일어나고, 치아와 주위 조직까지 감염이 일어나 치아를 뽑아야만 하기 때문에 너무 때가 지나 치료를 받으면 이후 치료가 아주 어려울 수 있습니다. 일반적으로 신경치료를 받고 난 후에는 치아가 혈액의 영양분을 공급받지 못하여 약해지기 때문에 크라운으로 씌워주게 됩니다.

러버댐과 클램프(Dam and clamp)

'Dam'의 정확한 영어 표현은 'rubber dam'입니다. 한마디로 이야기하면 여러분이 치과 치료를 받을 때 침이 흐르는 것을 방지 하기 위해 입안에 장치하는 기구입니다. Clamp는 치아에 러버댐을 고정하는 기구입니다. 그러니까 모두 다 치과의사가 정확한 치료를 할 수 있도록 도와주는 기본 기구입니다.

GG드릴(Gator-Glidden drill)

신경치료를 원활히 할 수 있도록 신경관입구를 넓히는데 사용하는 드릴입니다.

H-파일 & K-파일 (Hedstrom file & K-Flex)

신경치료를 하는 작은 손기구로 K와 H는 만든 회사의 영문이니셜입니다. K는 Kerr, H는 Hedstrom의 약자입니다. H-file은 가는 스테인레스 철사를 선반에서 깎아서 만들었고, K-file은 꼬아서 만들었습니다.

Schilder법

Dr.Schilder가 개발한 방법으로 수직압을 가해서 하는 근관충전의 한 방법입니다.

이갈이와 이악물기 치료



- 1. 스플린트
S p l i n t
- 2. 보톡스
B o t o x

- 1 이갈이와 이악물기
- 2 이갈이의 원인
- 3 이갈이와 이악물기의 악영향
- 4 이갈이와 이악물기 치료

장정미 공보위원

1. 이갈이와 이악물기

이갈이는 낮이나 밤에 이를 꼭 악물고, 긴장하고, 이를 가는 등의 병적인 증상을 보이는 것이다. 그러나 이갈이를 스스로 인식하는 경우는 20%정도이기 때문에 자신도 모르게 병이 점점 심해진다. 초기 이갈이 증상으로는 치아에 마모면이 나타나는 정도이지만 중등도 이상 진행되면 치아에 미세한 균열이 많이 발생하고 잇몸쪽 치아 부위가 점점 패이게 된다. 또한 자고 일어났을 때 볼쪽의 턱 근육이 뻣근함도 종종 느끼게 된다. 이갈이가 점점 심해지면 치아가 자주 깨지고, 음식을 씹을 때 시큰하는 경우가 빈번해진다. 또한 구강 주위의 근육통, 두통이 종종 나타나고 턱관절의 파괴로 인해 입을 벌리기가 어려워진다. 이갈이는 깊은 잠을 방해하기 때문에 수면장애로 분류되기도 한다. 지속적인 근육의 활성화로 저작근이 계속 발달하여 사각턱이 심해지기 때문에 심미적인 문제도 있다. 이갈이는 환자 스스로 느끼지 못하는 경우가 많고, 만성적으로 진행되는 질환이므로 장기적으로 방치하게 되면 심각한 결과들이 생기므로 반드시 치료가 필요한 질환임을 명심해야 한다.

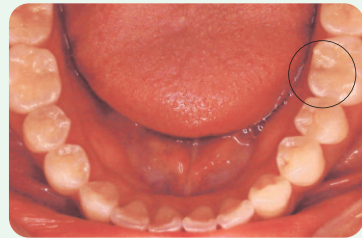
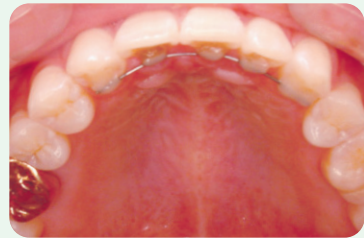
2. 이갈이의 원인

원인으로는 치아의 조기접촉 등과 같은 국소적 문제도 있지만 중추신경계에 이상이 생겨 발생한다. 다양한 종류의 스트레스에 반응해서 뇌가 저작근에 깨우는 신호를 보내서 이악물기나 이갈이가 시작되고 치아의 조기접촉, 음주, 흡연, 비타민 결핍 등이 이갈이를 더욱 심하게 한다. 예를 들어 교통사고 후에 뇌가 손상되면 심한 이갈이가 생긴다. 이는 치료 또한 간단하지 않음을 예측할 수 있다. 따라서 원인을 잘 살펴보아 여러 방법 등을 병용하여 치료하는 것이 바람직하다.

3. 이갈이와 이악물기의 악영향

- 치아의 파절 · 치주질환
- 치아의 과민성 증가
- 보철물 파괴 · 악관절 동통
- 수면방해 · 긴장성 두통
- 교근비대

상하교합면 모두
맷돌처럼 평평한 형태로 마모됨.



치아교모

치아가 깨져서 신경치료 중인 치아,
다른 치아들도 깨져있고
보철치료가 필요하다.



치아의 옆면이 파여있고
치주질환도 생긴 상태



치아 옆면의 마모

치주질환

4. 이갈이와 이악물기 치료

이갈이 치료는 환자마다 여러 요소들을 고려하여야 하는 어려운 치료이다. 모든 치료와 병행하여 식습관의 개선이 필수적이다. 껌, 오징어 등과 같이 질기고 오래 씹는 음식은 반드시 피해야 한다. 또한 스트레스를 적게 받으려는 노력과 긴장을 완화시키는 노력을 해야하며 보톡스 치료는 치과 의사의 진단으로 스플린트장치와 교합조정 등의 술식이 병행되어야 더욱 효과적인 결과를 얻을 수 있다.

1. 스플린트 와 같은 구강내 장치를 이용
- 근긴장을 감소시키고 치아를 보호한다
2. 교합조정-조기접촉 등을 제거한다.
3. 스트레스 해소를 위한 다양한 방법을 이용한다.
4. 약물요법 및 물리적 치료
5. 보톡스 주사법

스플린트치료법

스플린트란?

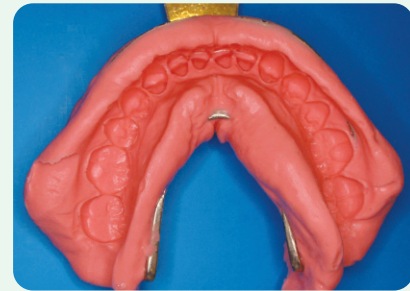
스플린트는 적절한 강도의 재질(치아의 에나멜 보다는 약하다)로 치아면을 덮는 장치이다. 이는 상악(위턱)과 하악(아래턱) 치아 간 거리를 증가시키거나 하악을 안정되게 고정하여 악구강계의 조화를 유지하며 다양한 증상을 해소하는 장치이다. 예를 들면 악관절 질환으로 입을 벌리고 다무는 것이 부자연스럽거나, 관절 부위나 저작근 주위의 통증으로 식사나 하품, 말하기 등이 어려울 때에도 주로 이용한다. 간단하게 제작이 가능하며 이갈이나 악관절 통증으로 고통을 받는 환자의 경우 상당히 빠른 시간 내에 증상을 완화시키며 좋은 치료결과를 보인다. 이 밖에도 마모가 심한 환자의 경우 진단목적으로도 유용하다.

종류

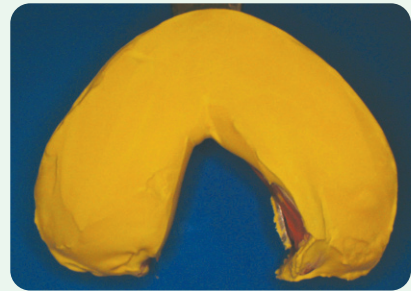
- 아래턱을 앞으로 위치시키는 형태 - 악관절 내의 압력을 감소시켜 증상을 완화시킨 후 점차적으로 재위치로 하악을 위치시켜준다
- 아래턱을 안정위로 위치시키는 형태 - 구치부의 상실로 아래턱의 위치가 불안정하여 관절 문제뿐 아니라 보철물 수복조차도 어려운 경우는 치과 의사가 판단하여 환자의 올바른 아래턱 위치를 찾아준다.

스플린트 만드는 방법

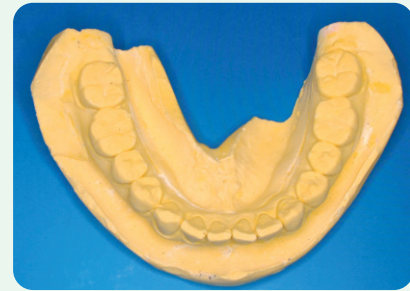
이같이 치료에 이용되는 스플린트는 보통 어금니까지 덮는 일반적인 형태이지만 다소 변형되어 전치부에만 사용하는 모양도 있다.



1. 인상채득 -상악과 하악 중에 좀더 사용하기 편한 부위를 선택한다.



2. 모델 제작 -씹는 면의 형태가 정확히 재현되어야 한다.



3. 모델이 완성된 모습 -재질과 두께는 환자의 상태에 따라 치과의사가 선택한다.



4. 스플린트 장치



5. 상악에 장착한 모습



6. 하악에 장착한 모습

스플린트 사용 방법

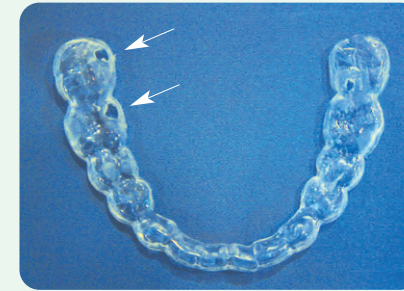
장치를 간단하게 치아에 끼우거나 뺄 수 있다.

다만 장치를 제거할 때 무리한 힘을 주면 깨지는 경우가 잦으니 주의를 해야한다.

밤에만 사용하므로 청결하게 세척하고, 케이스에 보관하는 것이 바람직하다.

이 장치를 계속적으로 사용하게 되면 정도에 따라 스플린트의 마모가 진행되기 때문에 구멍이 생기거나 깨질 수 있다.

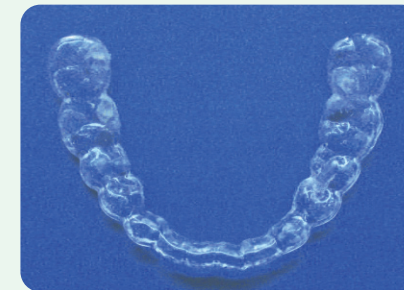
장치가 마모된 정도에 따라 다르지만 일반적으로는 수리하여 재사용할 수 있다.



마모되거나 깨진 스플린트



수리 과정



재완성된 스플린트

이갈이 환자의 스플린트 효과

스플린트를 장착하는 것은 보톡스를 시도하기 전에 반드시 선행되어야 하는 방법이다. 왜냐하면 심하지 않은 이갈이의 경우는 스플린트 사용으로 교합접촉 관계를 개선하거나 근육의 수축을 조절하는 기관에 영향을 미쳐서 이갈이가 해소되기 때문이다.

그러나 이갈이가 심하면 스플린트만으로 해결하기 어렵고 보톡스주사와 스트레칭 해소를 위한 다양한 방법들이 병행되어야 좋은 결과를 얻을 수 있다. 단, 장치를 이용하는 시기와 형태는 치과의사의 판단에 의해 다양하게 활용된다. 심한 이갈이로 두통, 치아의 동요 등과 같이 복합적인 증상이 나타나면 단기간 장착으로 끝나는 것이 아니라 지속적으로 스플린트를 장착해야 한다. 또한 증상이 개선된 후에도 재발의 우려가 있기 때문에 계속 사용해야 한다.

스플린트를 착용하는 동안에는 악관절 내에 발생하는 압력을 감소시켜서 두통 등의 통증이 감소하고, 저작근의 작용이 억제되고, 윗니와 아랫니의 적당한 거리를 유지함으로써 교근의 빠근함도 감소한다. 그러나 스플린트의 장착은 단순히 구강내 환경을 변하게 하기 때문에 일시적으로 이갈이가 해소되는 경우도 많다.

시간이 지나 근육들이 적응하면 다시 이갈이를 시작한다. 따라서 이갈이의 스플린트 사용은 보조적 의미가 더 강하다. 그러나 밤에 발생하는 이악물기의 압력이 낮보다는 2배 이상 크기 때문에 밤에는 치아를 보호하고 치주조직의 안정을 위해서 반드시 착용하는 것이 좋다.

TIP

스플린트 사용

- 치아를 보호함
- 일시적인 증상 완화에 도움
- 밤에는 반드시 착용
- 보톡스 시도전에 반드시 선행

보톡스 치료방법

보톡스란?

검은 소시지를 의미하는 라틴어 botulus에서 유래한 보툴리즘은 상한 소시지나 육류를 먹은 사람에서 나타나는 복통과 설사를 동반한 식중독을 뜻한다. 이 식중독은 근육 약화나 근육마비의 증상을 함께 나타내는 데 이를 이용하여 주름을 피는 술식, 사각턱을 축소하는 등의 미용에 널리 쓰이고 있다.

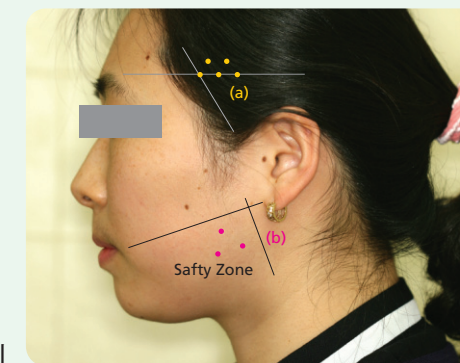
이 효과는 3~6개월 정도가 지속되는데 근육의 성질과 투여 용량에 따라 다양한 결과가 나타난다. 그러나 이 독소는 한시적인 효과만을 나타낼 뿐이고 영구적인 결과를 초래하지 않기 때문에 독소이지만 안전하게 사용가능한 치료제이다.

전 세계적으로 보톡스는 70% 정도가 의학분야에서 치료제로 사용되며 수술의 대안으로 경제적이고 안전하게 이용되는 약물이다. 그러나 우리나라에서는 60% 정도가 미용에 사용되어 보톡스를 치료제보다는 성형에 주로 사용하는 미용재료로 널리 인식되어 있다. 이는 우리나라만의 특별한 현상이다.

보톡스 주사방법

순서

- 무균 상태의 생리 식염수에 보툴리눔 독소를 희석하여 사용한다.
- 근육에 따라, 원하는 결과에 따라 농도와 용량을 조절하여 준비한다.
- 피부 소독을 한 후 도포마취를 바른다.
- 안전한 위치를 표시한 후 측두근(a)과 교근(b)에 주사한다. 이때 매우 가는 주사기를 사용하기 때문에 약간 빠근하기는 하지만 통증은 거의 없는 편이다.
- 주사횟수는 치과의사에 따라 다양하다.



측두근(a)과 교근(b)의 주사위치

교근비대를 동반한 사각턱에서의 보톡스 효과

교근은 저작근의 하나로 여러 원인에 의해 비대해지는데 이로 인한 사각턱에는 보톡스가 비외과적으로 매우 유용하다.

하지만 이는 수술에 비해 일시적인 결과이므로 신중히 고려해야 하며 식습관 개선 없이는 좋은 결과를 얻을 수 없다.

원인으로는 편측저작, 이갈이, 이악물기 등의 특징적인 습관인자가 주로 발견되지만 정확한 원인이 없는 경우도 많다.

교근이 비대해지면 이갈이 증상이 더욱 심해지므로 스플린트 등과 함께 보톡스 주사를 이용한다.



시술 전



시술 후

TIP

2. 보톡스를 이용한 치료의 역사

1970년대 초	사시 교정에 의학적으로 처음 이용. 그후 의약품으로 개발 시작
1985년	안검경련이나 사경과 같은 근 긴장 이상의 치료에 사용
1989년	미국식품의약국(FDA)의 공식인정
1992년	우연히 미간주름의 개선에 사용된 것을 필두로 미용술식으로 이용. 이후 여러 수술 등과 병합되어 미용수술의 결과를 극대화시키고 있다.
1994년	양성 저작근 비대증에 효과적으로 사용할 수 있음이 증명
1995년	손바닥, 발바닥 등의 다한증 치료에 효과가 있음이 증명
2002년	미용목적으로 FDA승인
현재	동통 치료, 이갈이 이악물기 치료, 구강 내 궤양 등에 많이 활용되고 있다.

치과에서 이용되는 교근과 측두근에 주사 시 나타나는 증상

- 약간의 멍
주사 부위를 문지르지 않는다.
부종은 흔하지 않으며 1주일 정도 지나면 가라 앉는다.
- 간헐적인 통증
- 저작력 감소
1주일 정도 지나면 없어진다.

치과에서 이갈이나 악관절 통증치료에 사용되는 보톡스 치료방법은 특별한 부작용을 걱정할 것이 없다. 즉, 미용목적의 안면주름개선 치료나 안면 축소술에서 잘 나타나는 안면 표정근 마비로 인한 문제점, 광대뼈의 돌출 등은 거의 발생되지 않는다.

그러나 주사효과가 영구적이지 않기 때문에 지속적인 치료를 받아야 하고 이로 인해 추가비용이 발생하는 것이 단점이다.

또한 무균상태의 주사용 생리적 식염수에 희석하여 사용함으로써 보톡스 주사액의 오염을 막아서 감염에 주의를 하여야 한다.

과거에는 수술로 해결해야 했던 치료에서 보톡스 치료는 현재 큰 전환점을 만들었다. 치과영역에서도 임플란트 등의 보철물의 장기적인 성공률을 높일 수 있고, 이갈이와 더불어 측두하악관절장애에서 나타나는 만성 긴장성 통증에 대한 연구 또한 활발이 이뤄지고 있다.

앞으로 좀 더 폭넓은 연구가 계속되면 지속시간과 비용면에서도 효과적일 것이며 우리 모두에게 미용뿐 아니라 훌륭한 치료제로서의 가치가 더욱 증대될 것이다.

Asia Festival!!



태국 Thailand

여러 사람들과 함께 여행을 다녀보면 그냥 편히 쉬는 리조트 여행을 좋아하는 사람도 있고, 매 끼니마다 유난히 먹는 것에 집착하는 사람들도 있고, 그보다는 쇼핑지가 여행을 선택하는 데 매우 중요한 사람들도 있다. 사람들 모두 자신의 기호가 다르니 당연하다. 중요한 것은 외국 여행은 눈으로 건, 입으로 건 다른 나라의 문화를 제대로 한번 느껴봐야 제값을 한다는 것이다. 여행을 할 때 그들의 문화를 마음껏 즐길 수 있도록 그들의 축제 일정에 맞춰 우리의 여행스케줄을 한번 짜보는 것은 어떨까. 태국, 싱가포르, 말레이시아의 축제 속으로 빠져보자. 그리고 계획하자! 올 해 떠나는 멋진 외국 여행을 말이다.

진행_문혜영 • 자료&사진_태국관광청 02)779-5417, 싱가포르관광청 02)732-2357, 말레이시아관광청 02)779-4422

송끄란 축제 (Songkran Water Festival) *

4월 초면 태국 전역에서는 축제인 송끄란이 열린다. 태국력으로 새해의 시작을 알리는 송끄란 축제는 전세계적으로 잘 알려진 바와 같이 '물의 축제'이기도 하다. 이 기간 동안 태국 어디를 찾든 방문객들은 웃음 가득한 얼굴로 축복을 의미하는 물을 뿌리는 태국인들을 만날 수 있을 것이다.

송끄란은 산스크리트어의 '움직인다'는 뜻을 지니고 있다. 태양이 새로운 영역으로 움직인다는 뜻이다. 다시 말해 열 두 달의 사이클이 새롭게 시작된다는 의미인 것이다. 따라서 송끄란은 새해의 시작을 축하한다는 의미를 지니고 있기도 하다. 물론 송끄란에는 이 밖에도 다양한 뜻이 포함돼 있다. 먼저 송끄란에는 감사의 뜻이 깃들여있다. 훌륭한 업적을 이룬 사람에게 감사한다는 의미다.

두 번째는 조상에 대한 숭배의 의미가 있고, 세 번째는 가족에 대한 헌신과 사랑의 의미다. 네 번째는 사회에 기여한 사원과 승려들에 대한 존경의 뜻을 담고 있고, 다섯 번째는 여러 사람에게 이익이 되는 일을 행한 사람에 대한 존경심, 그리고 여섯 번째는 사회의 통합을 이끌어가는 정신이다. 이같이 송끄란은 다양한 의미를 지니고 있다. 그 중 나이 어린 사람들이 어른들을 공경하고 존



경심을 드러내는 일은 송끄란의 오랜 전통이라 할 수 있다.

올해 역시 각양각색의 송끄란 축제가 태국 전역에서 치러질 예정이다. 이 시기 태국을 찾은 관광객들은 각 지역의 특색별로 송끄란 축제를 즐길 수 있다.



제 22회 아세안 비둘기 축제 (The 22st ASEAN Barred Ground Dove Festival) 2007년 3월 초 *

비둘기가 복을 가져다 주는 동물이라는 믿음을 태국 사람들은 오랫동안 지녀 왔다. 또한 비둘기는 순수와 평화의 상징이다. 고문서에 명기된 비둘기의 특징은 비둘기 주인에게도 큰 부와 명예를 가져다 준다고 여겨져 왔다.

아세안 비둘기 축제는 태국 남부지역과 주변국의 비둘기 애호가들의 흥미를 끌고 있으며 주요 볼거리는 비둘기 울음소리 및 붉은 머리털 볼(새) 경연대회이다. 지역 특산물 또한 판매된다. 장소는 알라 지역 관 무양 공원이다.

위사카 부차 축제 (Visakha Puja World Festival) 2007년 5월 초순 *

위사카 부차 종교의식은 부처의 생, 득 그리고 사를 나타내며 태국의 가장 성스러운 불교 행사이다. 전국적으로 태국인들은 절을 찾아 스님의 설법을 듣고 시주를 한다. 해가 진 후에는 큰 절을 중심으로 촛불을 들고 순행을 한다. 방콕과 나콘 빠툼에서 진행된다.

야소톤 로켓 축제 (Yasothon Bun Bangfai Rocket Festival) 2007년 5월 초순 *

농기에 맞추어 적당한 때에 비가 내리기를 빌며 벌이는 연중 의식이다. 축제의 준비에는 불교에 시주하는 전통이 관찰되며 이것이 점점 강해져 왔다. 3일에 걸쳐 열리는 이 축제기간 동안 지역 주민들의 정신은 더욱 결속된다.

첫째 날은 '완 쑥 딤'이라 불리며 짜오 뿌(Chao Pu)와 도시의 설립 정신에 경의를 표하는 의식이 특징이다. 둘째 날은 로켓 행렬이 이어지는데, 로켓 팀들이 로켓을 행렬에 운반하며 이 마을의 정신인 짜오 뿌에 경의를 표하는 의식을 연기하는 아주 생동감 있는 행렬이다. 각각의 행렬은 화려한 댄스단이 호송한다. 다양한 종류의 로켓은 드디어 셋째 날에 발사되고 미인대회도 같이 열린다. 또한 이 날은 시주의식의 축제 열기와 함께 초신자들의 수입식이 있는 날이기도 하다.



타일랜드 그랜드 세일 2007 2007년 7월 한달간 *

쇼핑이 취미인 사람은 7월 중 꼭 태국을 방문해야 한다. 세일 기간 중 국제적 브랜드의 옷부터 태국 수공예 장식품까지 다양한 물건을 저렴한 가격으로 만나볼 수 있다. 태국실크로 만든 상품 또한 세일 품목이다. 또한 아름다운 전통 디자인과 손으로 짠 직물들이 관광객의 마음을 즐겁게 한다. 스포츠 용품 및 의류, 전자제품 또한 가격이 아주 저렴하다.

한편 관광객들이 더욱 편안히 머무를 수 있도록, 쇼핑하는 동안 여러 가지 다양한 서비스들이 꼼꼼하게 마련되어 있다.

다양한 호텔과 세계 각국의 레스토랑, 놀이공원, 여행사 등 쇼핑과 더불어 여행에 필요한 것이 모두 준비되어 있다. 백화점, 식당, 호텔 뿐만 아니라 태국 전 지역이 세일 중이다.



싱가포르 Singapore

싱가포르는 나라 전체가 하나의 거대한 '푸드센터'를 연상시킬 만큼 다양하고 풍부한 요리의 나라로 유명하다. 중국, 말레이시아, 인도 등 다양한 민족이 모이다 보니 자연스럽게 다양한 음식 문화가 발전할 수 밖에. 게다가 아시아 중계무역의 교두보로 외국 기업체가 많이 진출해 있는 것도 음식 문화 발달에 한 몫을 했다. 덕분에 정통 이탈리아어나 프렌치 음식에서 동양과 서양의 맛을 오가는 퓨전 요리까지, 다양한 문화들이 그 고유의 양념 맛을 통해 이뤄낸 독특하고 환상적인 맛의 세계로 우리를 인도한다.

올해로 13회를 맞는 세계적인 푸드 페스티벌 (Singapore Food Festival) 2007년 7월 한 달간 *

싱가포르 푸드 페스티벌(Singapore Food Festival)은 그 수많은 축제들 가운데에서도 나라와 세계가 함께 공감하는 거대한 행사이다. 축제기간도 7월 1일부터 30일, 총 5주라는 긴 기간 동안 이루어지며 다양한 이벤트와 콘서트, 요리 강좌, 야외 외식 행사, 카니발 등이 함께 열리는 세계적으로 흔하지 않은 종합 문화 행사다.

싱가포르 현지인들도 'Let's Makan!' (말레이어로 '먹다' 혹은 '음식'을 뜻하는 단어)을 외치며 싱가포르의 온 거리와 레스토랑에 넘쳐날 음식들을 기다린다. 중국, 말레이, 인도네시아, 인도, 유라시아 등 싱가포르의 다양한 문화가 어우러져 빛낸 음식들을 고르는 재미가 그만이다.



싱가포르 관광객이 추천하는 2007 싱가포르 음식 축제에서 반드시 맛보아야 할 음식 5가지.

1. 칠리크랩과 블랙 페퍼크랩(Chili Crab & Black Pepper Crab)

커다란 자이언트크랩 삶은 비릿게를 칠리소스로 버무린 칠리크랩은 싱가포르의 대표적 요리로 쫄깃쫄깃한 게살에 새콤달콤 하면서도 매콤한 칠리소스의 맛이 어우러져 일품이다. 음식축제 때마다 한 번도 빠진 적이 없는 스테디셀러인 칠리크랩은 게의 속살을 파낼 때 느껴지는 담백한 맛을 말로 형용할 수 없을 정도이다. 크랩 요리는 포크 대신 손가락을 이용해야 더욱 맛있게 즐길 수 있다.

외곽인 이스트 코스트(East Coast)에는 바다가 보이는 시푸드 전문점이 많이 있어 바다 경치를 감상하며 크랩 요리를 즐길 수 있다. 시내에서 맛보려면 클락키의 '점보(Jumbo)' 레스토랑으로 향할 것. 우리나라에 비해 가격도 저렴하고 양도 많아 배부르게 실컷 맛볼 수 있다.

2. 치킨라이스(Chicken Rice)

한국의 삼계탕과 비슷한 치킨라이스는 중국 하이난이 원산으로 닭을 느끼하지 않으면서 부드럽고 쫄깃쫄깃하게 삶아내는 것이 맛의 비결. 물을 끓이다가 불을 끄고 닭을 넣어 익히고 나서 닭을 건져낸다. 그리고 그 국물에 마늘과 판단잎(향이 나는 잎)을 넣고 밥을 짓는다. 접시에 양상추를 깔고 닭을 올린 다음 올리브오일과 간장을 섞은 오리엔탈소스를 살짝 뿌려 담백한 맛을 살려준다. 함께 나오는 새콤달콤한 칠리소스와 진하고 달콤한 맛의 다크(또는 블랙)소스는 현지인들이 가장 즐겨 먹는 대중적인 소스로, 밥에 비벼서 먹거나 닭고기를 찍어 먹는다.



치킨라이스

3. 사테(Satay)

사테는 숯불에 구운 꼬치구이로 쇠고기, 닭고기, 양고기, 새우 등을 맛볼 수 있으며, 달콤한 피넛소스와 곁들이면 더욱 일품이다. 포장마차에서 숯불에 사테를 구우면서 바나나잎으로 만든 부채로 연신 부채질을 하고 있는 상인들을 심심치 않게 볼 수 있다. 싱가포르산 맥주인 타이거 생맥주와 같이 하면 값싸고 맛 좋은 최고의 안주가 될 것이다.

4. 바쿠테(Bak Kut The)

중국식 아침식사로 '바쿠'는 돼지갈비, '테'는 차라는 뜻이다. 둘을 합쳤으니 영락없이 돼지갈비탕을 먹고 차를 마시는 격. 마늘과 생강 등을 넣어 생각보다 기름지지 않고, 아주 매운 적고추를 넣은 다크소이스(스위트 간장)와 밥을 곁들여 먹는다.

5. 로티 프라타(Roti Prata)

남부 인도식 아침식사로 기름을 두른 커다란 팬에 종이처럼 얇게 편 밀가루 반죽을 빠른 속도로 구워낸다. 따끈할 때 밀가루와 기름의 공함만으로도 그만이지만, 현지인은 카레소스나 약간의 설탕을 뿌려 먹는다.



가볼 만한 싱가포르 음식 명소 4

1. 파이스트 스퀘어(Far East Square)

회사 건물이 밀집한 시내 한가운데 자리잡은 파이스트 스퀘어(Far East Square). 점심시간인 12시부터 오후 2시까지 근처 직장인들이 식사를 하기 위해 모여드는 푸드센터다. 싱가포르 음식은 물론 인도, 이탈리아, 독일, 아랍, 일본, 태국, 베트남, 프랑스 요리 등 전 세계 음식문화를 경험해 볼 수 있는 레스토랑이 즐비하다.

2. 차임스

시청 근처에 위치한 차임스(CHIJMES). 이곳은 원래 성당과 수도원, 수녀원이 있던 곳인데, 성당은 그대로 사용하고, 나머지 공간에는 음식점과 바를 입점시켜 세계 각국의 음식들을 맛볼 수 있는 레스토랑으로 만들었다. 야외에서 넓은 정원과 분수, 성당을 보면서 분위기 있는 식사를 할 수 있다.

3. 라우파삿 & 클락키

라우파삿(Lau Pa Sat)은 한국의 포장마차를 연상케 하는 곳. 이곳이 유명한 이유는 해질 무렵부터 도로를 메우기 시작하는 노천상점 때문이다. 밤 9시가 넘으면 도로를 막아 놓고 탁자를 펼쳐 술과 꼬치구이인 사테를 판매한다. 밤바람이 시원한 야외 간이 테이블에 앉아 고소한 땅콩 소스의 사테와 새우 구이에 시원한 맥주 한 잔은 한낮의 더위를 싹가서 좋 것이다.

4. 이스트 코스트 시푸드센터

마치 동해안의 횡집을 연상케 하는 곳으로 공원처럼 꾸민 동쪽 해변가에 10여 개의 시푸드 레스토랑이 펼쳐져 있다. 싱가포르를 대표하는 요리인 칠리크랩을 맛볼 수 있으며 저녁식사 시간이 되면 현지인과 관광객들이 삼삼오오 모여들어 발 디딜 틈조차 없다. 모든 메뉴는 각각 주문하며, 그림 단위로 판매한다.



말레이시아 Malaysia



컬러 오브 말레이시아 (Colors of Malaysia) 2007년 5월 26일 시작 *

‘컬러 오브 말레이시아’ 페스티벌은 말레이 문화를 중심으로 중국계, 인도계, 사바와 사라왁 주의 원주민을 포함한 다채로운 인종과 문화를 축제로 승화시킨 행사다. 단일민족인 우리 입장에서 보면 다인종·다민족 국가인 말레이시아인들의 놀라운 조화가 매우 환상적으로 보인다. 서양인 입장에서 보면 컬러 오브 말레이시아(Colors of Malaysia) 페스티벌에서 아시아의 여러 모습을 한번에 볼 수 있어 아시아(Truly Asia)를 더욱 더 만끽할 수 있다.

‘치트라와르나 말레이시아(Citrawarna Malaysia)’ 라고도 알려진 ‘컬러 오브 말레이시아’ 축제는 수도 쿠알라룸푸르에서 많은 사람들이 모인 가운데 거대한 오프닝 행사로 막을 올린다. 말레이시아의 14개 주를 대표해 모여든 사람들은 화려한 불빛과 리듬감 있는 음악 속에서 3~4시간에 걸쳐 그들의 다양한 문화를 뽐내게 된다.

무술 공연, 전통 시 낭독, 전통 악기 공연, 음식과 음악 축제, 전시회 등이 화려하게 펼쳐지는 색채의 향연인 ‘컬러 오브 말레이시아’는 말레이시아인들이 자랑스러워하는 대표적 문화 유산의 결정체이면서, 모든 외국인들이 함께 즐길 수 있는 국가적인 축제로 발전한 행사다.

2007년 컬러 오브 말레이시아 축제는 5월 26일 수도 쿠알라 룸푸르에서 그 화려한 막을 올릴 예정이다.



메가 세일 카니발 (Mega Sale Carnival) 2007년 7~8월 *

세계적으로 유명한 말레이시아의 쇼핑 축제 ‘메가 세일 카니발’은 수도인 쿠알라룸푸르와 말레이시아 전역뿐만 아니라, 심지어 항공기 내의 쇼핑, 야시장 등지에서도 계속 된다. 주로 매년 7월 말부터 8월 말까지 진행되는 메가 세일 카니발 행사는 각 쇼핑 지역의 호텔과 숙박 시설 또한 쇼핑 관광객들을 위해서 할인된 가격으로 판매된다. 말레이시아 정부는 쇼핑 관광객들을 위해 흥미로운 쇼핑물, 유명 백화점, 명품 بوتிக 등에 대한 폭넓은 쇼핑 정보를 제공하고 있다.

말레이시아를 ‘쇼핑 파라다이스’로 만드는 메가 세일 카니발 기간에는 디자이너 제품에서부터 전자제품, 화장품과 의류, 그리고 전통 수공예품 등 쇼핑객들이 원하는 모든 품목들을 10~30%까지 할인된 가격으로 구입할 수 있다. 담배와 술 등의 경우 20% 이상 저렴한 가격으로 쇼핑을 즐길 수 있다 하니 쇼핑 마니아들에게는 솔깃한 이야기가 아닐 수 없다.

음식과 과일 축제 (Food & Fruits Fiesta) 2007년 7월 한달 간 *

다양한 음식을 통해 아주 진기한 미식경험을 할 수 있는 ‘말레이시아 음식과 과일 축제’는 매년 7월 한 달간 말레이시아에서 전국적인 규모로 개최된다. 말레이시아는 다양한 음식을 통해 아주 멋진 미식 경험을 할 수 있는 나라로 매우 유명하다. 이 축제 기간 동안에는 아시아 및 세계 요리를 맛볼 수 있는 기회가 더욱 많으며, 열대 과일부터 온대 과일에 이르기까지 독특하고 신기한 여러 종류의 과일 또한 풍족하게 즐길 수 있다.

메르데카 데이 축제 (Merdeka Day Parade) 2007년 8월 15일 시작 *

세계 어느 나라보다 화려하고 열정적인 독립기념일 행사로 꼽히는 ‘메르데카 데이’ 축제는 영국으로부터의 독립을 기념하며 매년 8월 31일을 기점으로 앞뒤 보름씩 약 한 달간 진행된다. ‘메르데카 데이’ 축제의 뜨거운 열기는 다양하면서도 화려한 퍼레이드로 넘쳐나는 말레이시아 각 도시의 주요 거리를 가득 채운다. 축제 기간 동안 각 주들은 다양한 이벤트를 개최하고, 스테이지 쇼, 경연, 전시 등 다양한 행사를 준비하기 때문에 말레이시아 여기저기 불거리가 많다.



XYLITOL

자일리톨이 칫솔질보다 충치예방효과 있다고?

치아건강을 위해 우리나라 국민들이 1년 평균 83개씩 애용하는 자일리톨껌, 최근 한 방송에서 유아를 통한 실험 결과 이뉘기보다 충치예방에 효과가 있다고까지 조사된 자일리톨껌, 과연 우리는 얼마나 알고 씹고 있는가?

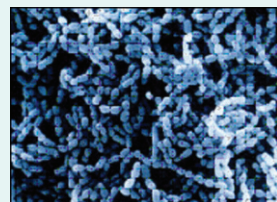


한 방송사에서 실시한 이뉘기와 자일리톨껌 등의 충치예방 효과에 대한 결과

자일리톨, 제대로 알자!

지식검색1 자일리톨이란? 과일이나 채소에도 들어있는 당분으로, 주로 자작나무에서 추출한다. 그래서 한자로는 목당(木糖)이며, 핀란드에서는 '자작나무 설탕(birch tree sugar)' 이라고도 불린다. 설탕과 같은 단맛을 내지만, 충치를 발생시키지 않고, 오히려 충치를 예방하는 효능을 가진 천연감미료이다. 그리고 칼로리는 낮으며(설탕의 약 75%), 시원한 맛으로 청량감까지 있다. 자일리톨은 1890년대에 처음 알려졌으며, 제2차 세계 대전이 발발하면서 부족한 설탕의 대용품으로 연구되기 시작한 뒤, 당뇨병 환자를 거쳐 1970년대 초부터 치의학 분야에 활용되면서 충치 예방에 적합한 천연 감미료로 인정받았다.

지식검색2 자일리톨의 효능, 충치균 아사(餓死)? 일반적으로 '충치'란 충치균인 슈탄스균이 음식물에 들어 있는 포도당 등을 먹고 배출하는 젖산이 치아의 표면을 부식시키는 현상을 말한다. 슈탄스균은 설탕, 포도당, 과당 등 6탄당은 쉽게 분해하여 젖산을 배출하지만, 5탄당인 자일리톨은 분해하지 못한다. 이 과정에서 자일리톨이 충치예방효능을 가지는데, 쉽게 말하면 충치균이 자일리톨을 설탕으로 착각하여 섭취하나 소화시키지 못하고 다시 배출한다. 이 과정을 반복하여 결국엔 에너지를 얻지 못하고 죽게 된다. 이를 자일리톨의 **무익회로(無益回路)** 현상이라고 한다.



슈탄스균

예전에 인터넷과 학생들 사이에서 많이 회자되었던 '자일리톨이 충치균을 굶겨 죽인다(아사)'란 말이 여기에서 나온 것이다.



충치균은 자일리톨을 설탕으로 착각하고 먹습니다. 충치균에 의해 소화되지 않으므로 산을 만들지 못하고 그냥 뱉어냅니다. 계속해서 충치균이 또 자일리톨을 먹으면, 에너지를 다 써버려 활동이 약해지게 되고 결국엔 설탕 등의 당분을 섭취해도 충치의 원인을 산을 만들지 못해 충치가 예방되는 것입니다.

세계 각국의 치과사회에서는 이 같은 자일리톨 충치예방효과를 인정하여 권장하고 있으며, 건지국가인 핀란드에서는 오래 전부터 국가 차원에서 장려하고 있다. 또한 일본에서는 자일리톨이 함유된 껌이 특정보건용식품(건강기능식품)으로 판매되고 있으며, 국내에서는 2004년 7월 식품의약품안전청에서 자일리톨을 건강기능식품 원료로 인정했다.

지식검색3 자일리톨 몇 개를 씹어야 할까? 자일리톨과 충치예방효과의 임상실험은 수십 년 전부터 임산부와 유아를 중심으로 진행되고 있다. 이러한 임상실험에서는 실험대상자들이 1일 3회 내지 4회 1~2개, 즉 하루 3~8개를 씹는 것으로 충치예방효과가 있다는 결과를 보이고 있다. 특히 8~9세 아동을 대상으로 한 캐나다 몬트리올 자일리톨 연구에서는 매식후 자일리톨 1개씩 3개만 씹어서 50%이상의 충치예방효과를 보였다. 자일리톨껌은 양치 후 씹는 것이 가장 효과적인 방법이다.

지식검색4 이름만 같으면 모두 자일리톨 제품인가? 국내에서 판매되고 있는 자일리톨이 함유된 상품 중에서 자일리톨껌이 가장 일반적이는데, 모두 자일리톨이란 상품명을 사용한다. 이름이 같다고 모두 자일리톨 효과가 있나? 치과 의사단체 및 치과전문가는 다음과 같은 3가지 요건을 갖추어야 자일리톨 효과를 볼 수 있다고 설명한다. 자일리톨이 많이 알려지면서 이 같은 요건을 충족하지 않는 상품들도 판매되고 있으니, 꼼꼼히 따져보고 구입해야 한다.

1. 자일리톨 50% 이상 함유할 것.
2. 자일리톨의 감미료는 무설탕소재여야함
3. 구연산 등 산(酸)성분의 물질을 첨가해서는 안됨

지식검색5 누가 이용하면 가장 좋은가? 신생아는 충치균이 없으나, 19~33개월 사이에 충치균이 급증하고, 이때 감염된 아이일 수록 충치 발생 빈도가 높다고 한다. 충치균의 80~90%가 엄마로부터 아기에게 전염되기 때문이다. 예방 치의학의 세계적인 석학인 핀란드 투르크 대학 에마소더링 교수는 임신부를 대상으로 2년간 169명의 모자를 조사하여 충치균의 감염경로를 밝혀냈고, 자일리톨을 복용한 그룹이 70% 이상 충치발생율이 낮다는 결과를 얻었다. 따라서 임신부가 임신 중, 출산 후 꾸준히 이용하면 충치균의 전염을 방지하고 충치를 예방할 수 있다. 또한 유아와 어린아이들은 급식등을 통해 정기적으로 씹게 하는 것이 바람직하다.

Q u e s t i o n
& A n s w e r

윤은희 공보위원

아이가 자라면서 이도 커지지 않나요? +

Q 딸아이의 안쪽 이가 아프다고 해서 치과에 갔더니 이미 많이 상해서 신경치료 후 이를 씹어야 한다고 합니다. 아이가 자라면서 이도 커질텐데 씹어도 되나요?

A 몸이 커지면서 이도 크지 않냐고 묻는 부모님이 종종 있습니다. 그러나 이는 자라는 것이 아닙니다. 이는 잇몸뼈 속에서 다 만들어져 나오는 것입니다. 다 만들어진 이가 뿌리의 형성과 함께 올라오는 것이지만 이미 올라온 이의 부피가 커지는 것은 아닙니다. 따라서 어린 나이에도 신경치료를 한 치아는 씹어서 보호해 주어야 합니다.

이에 금이 갔대요. +

Q 며칠 전부터 식사를 하는데 계속 이가 시큰거립니다. 씹지 않을 때는 멀쩡한데 씹을 때는 계속 아픈 느낌이 있어 치과에 갔더니 이가 금이 갔다고 합니다. 보기에는 멀쩡한데 이가 이렇게 금이 갈 수 있습니까? 이런 경우 치료는 어떻게 해야 하나요?



A 치아는 강한 자극에 의해 세로로 금이 가거나 깨지는 경우가 있습니다. 금이 간 경우 눈에 보이지 않아 치과에 가서도 발견하기가 쉽지 않습니다. 그래서 나무 막대 같은 것을 살짝 깨물어 통증이 나타나는 지 보거나 염색약이나 강한 빛을 사용해 금이 갔는지 진단합니다. 일단 **치아에 금이 가 있는 것을 발견하면 즉시 치료해야 합니다.** 금이 간 후 시간이 지나면 점점 깊게 벌어져서 심하게 되면 이를 살릴 수 없게 됩니다. 금이 어느 정도 선까지 가 있는지가 문제인데 표면에만 금이 가있고 증상이 심하지 않으면 그대로 씹워서 더 이상 금이 가지 않게 보호를 해주어야 합니다. 그러나 증상이 심하고 아래쪽까지 금이 간 경우는 신경치료를 하고 보철물로 씹워 주어야 합니다. 경우에 따라 이미 이의 뿌리 쪽까지 금이 가서 통증이 계속 되면 이를 빼야 하는 경우도 있으니 아픈 통증이 느껴지는 초기에 치료를 하는 것이 좋습니다.



앞니 사이에 틈이 있어요 +

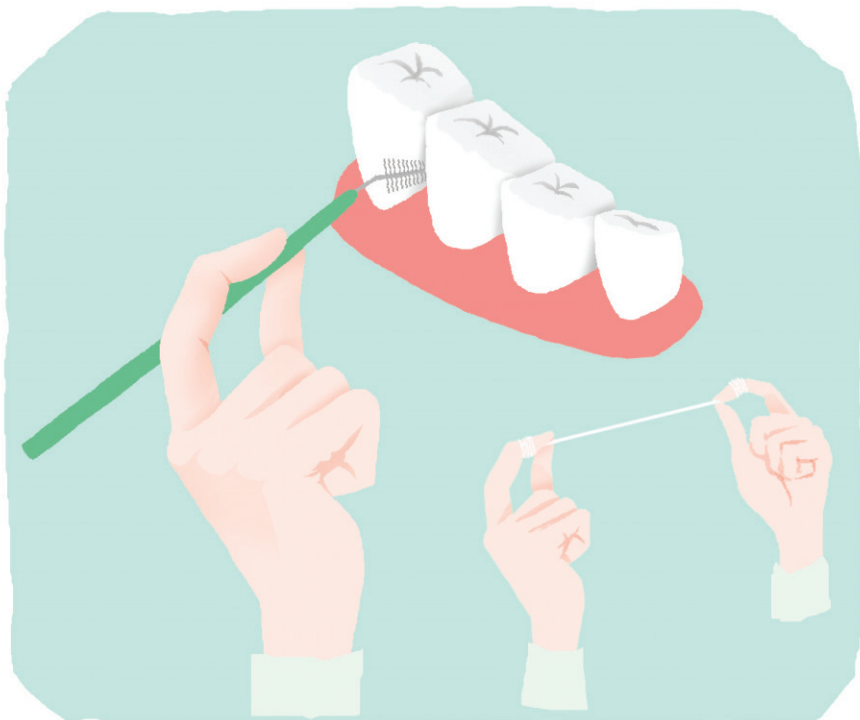
Q 앞니가 벌어져서 고민입니다. 어렸을 때부터 앞니 사이가 벌어져 있었는데 취업을 앞두고 부쩍 더 고민이 됩니다. 어떻게 해결할 수 있을까요?

A 어릴 때부터 앞니에 틈이 있을 경우 치료법은 크게 세 가지 방법이 있습니다. 첫 번째는 **치열 교정**에 의한 치료법입니다. 앞니 사이에 틈새가 있는 경우 치아를 그대로 보존한 채로 치아를 움직여서 공간을 없애는 방법입니다. 교정에 의한 치료는 비교적 어린 나이에 시작하는 것이 좋으나 성인도 가능한 치료법입니다. 치아를 보존하는 측면으로는 가장 추천할 만한 치료이나 치료기간이 길고 치아에 장기간 교정 장치를 붙여야 합니다. 두 번째는 **레진을 이용한 치료 방법**입니다. 성인에 있어서 단기간에 비교적 적은 비용으로 치아 사이를 없앨 수 있는 방법으로 치아를 삭제하지 않고 틈이 있는 치아의 옆면에 레진을 붙여서 공간을 없애는 방법입니다. 그러나 이 방법은 틈이 아주 넓은 경우엔 쓸 수 없고 1~2mm로 작은 경우만 가능하며 시간이 지나면서 탈락되거나 변색 등이 올 수 있어 수명이 짧은 단점이 있습니다. 세 번째는 **도재관이나 라미네이트를 이용한 보철치료**로 틈을 없애는 방법입니다. 치아를 삭제하는 단점이 있지만 수명은 비교적 긴 편입니다. 간혹 치아의 틈이 지나치게 넓어 보철치료만으로 해결할 수 없을 때에는 교정치료로 치아를 균등하게 배열한 후 보철치료를 하는 경우도 있습니다.

치아 사이에 음식물이 자주 끼는데요 +

Q 음식을 먹고 나면 이 사이에 음식이 자주 끼는데 칫솔질을 해도 잘 빠지지 않습니다. 이가 썩은 것 같지는 않은데 왜 그럴까요? 원인과 치료법을 알고 싶습니다.

A 치아 사이에 이물질이 끼는 원인은 너무나도 많기 때문에 **직접 치과에 가서 검진을 받는 것이 좋습니다.** 충치가 있어서일 수도 있고, 잇몸염증이 심해져서 이가 흔들리거나 치아 사이에 공간이 생겨서 그럴 수도 있습니다. 또는 충치치료를 받은 곳이나 보철물이 잘 맞지 않아서일 수도 있고, 치아가 깨져있거나 치아의 배열이 고르지 못해서 생길 수도 있습니다. 맨 마지막 어금니는 흔히 사랑니 때문에 음식이 끼기도 합니다. 그밖에도 다른 원인들이 있을 수 있는데, 단순히 불편을 느끼는 경우라면 치실이나 치간치솔을 이용하여 관리에 더 신경을 쓰는 것이 최선이겠지만, 치과적인 문제가 질환이 있는 경우는 원인을 조기에 발견하고 치료하는 것이 경제적으로도 유리하고 환자도 고생을 덜 하는 길이 될 것입니다. 간혹 치아사이의 공간을 막아달라고 하는 환자가 있는데 이는 음식물로 공간을 막아놓은 것과 마찬가지로 잇몸에 매우 좋지 않은 결과를 가져오게 되며 음식물이 끼는 것을 막지도 못하기 때문에 그러한 방식으로는 치료하지 않습니다.



입안이 자주 헐어요 +

Q 입안이 자주 헐어요. 조금만 피곤하면 입안이 헐고 심한 경우는 목구멍과 입천장까지 헐어서 너무 아프고 고통스러워요. 어떻게 해야 할지, 치료는 가능한지 궁금합니다.

A 흔히 피곤하면 입안이 허는 것을 아프타성 구내염이라고 합니다. 원인은 여러 가지로 분석되고 있는데 일단 이러한 현상은 피곤하면 정상적인 사람에게도 흔하게 생기는 증상이라는 것을 알아야 합니다. 결국 피곤하지 않게 신체를 유지하는 것이 가장 중요합니다. 아프타성 구내염은 피로외에도 스트레스, 칫솔질이나 음식에 의한 입안의 손상, 호르몬 변화, 비타민 부족 등으로도 생길 수 있습니다. 물론 다른 질병 때문에 신체기능이 약화되거나 면역성이 떨어져서 생기기도 하므로 검진이 필요합니다. 아프타성 구내염의 80%는 일단 입안이 헐게 되면 약 1~2주 후에 자연적으로 치유되지만 치유되기까지 잘 낫지 않고 통증이 있는 것이 일반적입니다. **근본적인 치료법은 없으며,** 단지 증상을 가라앉히고 기간을 줄이기 위해 연고를 바르거나 양치용액을 사용하게 됩니다. 그리고 이때 스케일링을 해주면 염증으로 인한 2차 감염을 막아서 통증을 줄여주거나 치유기간을 줄여 줍니다. 최근에는 레이저에 의한 처치도 하고 있습니다.

입냄새가 심해요 +

Q 30대 직장여성인데 입냄새가 심해서 걱정입니다. 주변 사람들에게 입냄새가 심하다는 말을 종종 들곤 하는데 매사에 자신감이 없고 사람들과 대화할 때 상대방이 입냄새 때문에 불쾌해 하지 않을까 몹시 걱정이 됩니다. 어떻게 해야 할까요?

A 일반적으로 입 냄새가 생기는 원인은 두 가지입니다. 첫번째는 입안에 구강 질환이 있는 경우입니다. 두번째는 호흡기 질환, 소화기 질환, 당뇨병, 요독증 등의 전신 질환이 있는 경우입니다. 그 외에도 담배나 술도 입냄새의 원인이 될 수 있습니다. 구강질환의 대표적인 원인으로는 충치(치아 우식증)가 있습니다. 이 경우 충치부위를 제거하여 충전물(금인레이, 레진 등)로 충전하거나, 또한 신경 치료를 받아야만 입냄새가 사라집니다. 또한 잇몸 염증에 의해 입 냄새가 생길 수가 있습니다. 치석이 붙어 잇몸염증을 일으키는데 이것이 흔히 풍치라고 알려져 있는 치주질환입니다. 풍치가 심해지면 치아를 받쳐 주는 잇몸뼈가 없어지기 때문에 최악의 경우 치아를 뽑을 수도 있습니다. 이런 풍치의 원인이 되는 **치석이나 침착물, 치태를 제거하는 술식을 스케일링(Scaling)**이라고 합니다. 냄새를 제거하려고 다른 치과 치료없이 구강 청정제를 사용하는 것은 미봉책에 불과합니다. 따라서 치과에서 정확한 냄새의 원인을 알아내어 근본적인 치료를 해야 합니다. 그리고 특별한 이상이 없으면 하루 세 번의 올바른 칫솔질로 어느 정도 입냄새를 예방할 수 있습니다.



잇몸병, 약으로 해결할 수 없나요? +

Q 평소 이 때문에 고생을 많이 하는데 요즘 광고를 보면 저 같은 사람을 위해 나온 듯한 잇몸 약들이 선전되고 있습니다. 치과는 무서워서 가기 싫고 약국에서 사먹는 약으로 해결될 수 있으면 정말 좋겠는데 어떤가요, 약으로 해결되는 방법은 없을까요?

A 최근 들어 여러 가지 약품들이 잇몸병과 치주염 치료에 효과적이라고 광고를 하며 시판되고 있습니다, 잇몸병 약 광고의 대부분이 약으로 모든 것을 해결할 수 있는 듯이 선전되고 있어 오해를 불러일으키고 있습니다. 그러나 약만 사용하는데 대한 효과에 대해서 치과의사들의 의견은 부정적입니다. 치주질환의 특성상 먹는 약만으로 치아를 둘러싸고 있는 뼈와 잇몸에 생긴 만성염증을 제거하기는 어렵고, 손상된 뼈나 잇몸을 재생시킨다는 것은 불가능한 일입니다. 치주질환의 원인은 아시다시피 세균인데 이 세균이 치석과 플라그에 의해 활발하게 파괴작용을 함으로써 잇몸질환이 일어나는 것입니다. 잇몸약은 일시적으로 세균의 활동성을 떨어뜨릴 수는 있지만 세균의 번식처가 되는 치석과 잇몸의 음습한 환경이 있는 한 그것은 일시적인 효과일 뿐입니다. 하지만 기계적으로, 물리적으로 치석을 긁어내고 잇몸의 음습한 곳을 없애주면 약을 쓰지 않아도 치주질환을 일으키는 세균의 번식은 줄어들게 되어 있습니다. 치석을 그대로 두고 약을 복용하는 것은 썩은 음식을 그대로 두고 파리약으로 파리를 잡으려는 것과 같습니다. 결국 잇몸병 약은 엄밀하게 말하면 '치료제' 는 아닙니다. **치주치료 후의 치료보조제** 입니다. 호미로 막을 것을 가래로 막아서는 안되겠습니다.



칫솔질 할 때 피가 나요 +

Q 아침 점심 저녁 하루에 세 번씩 이를 닦고 한 달에 한번씩 칫솔을 바꿀 만큼 열심히 닦는데도 칫솔질 할 때 잇몸에서 피가 납니다. 가글을 해도 소용이 없는 것 같고, 왜 그런지 궁금합니다.

A 칫솔질과 같은 가벼운 자극에도 피가 나는 것은 잇몸에 염증이 있기 때문입니다. 열심히 닦으셨지만 치아와 잇몸 틈새로 치석이 숨어 들어가 있습니다. 잇몸에 염증이 생기는 이유는 많이들 아시는 것처럼 치석과 플라그 때문이고 보다 정확히 말하면 치석과 플라그에서 활발하게 활동하는 세균 때문입니다. 그러므로 원인이 되는 플라그를 없애주면 피나는 것도 멈추게 할 수 있습니다. 집에서 플라그를 없애는 가장 효과적인 방법은 칫솔질입니다. 그런데 이때 중요한 것은 칫솔질의 횟수나 강도가 아니라 정확성입니다. 정확성이란 다른 거창한 것이 아니라 칫솔이 치아의 모든 표면을 빠짐없이 골고루 닦아주는 것을 말합니다. 그런데 평소 칫솔질을 열심히 하시는 분도 습관대로 칫솔이 가는 곳만 열심히 닦고 마는 경우가 대부분입니다. 바르지 못한 칫솔질 습관에 의하여 치석이 이미 생겨 있는 경우에는 칫솔질로 해결되지 않습니다. 그러므로 일단 치과에 가서 스케일링으로 치석을 없앤 후에 올바른 칫솔질로 청소를 잘 해주시면 불편한 문제가 해결될 것입니다. 그 후에도 피가 난다면 **잇몸 속에 숨어있는 치석 제거를 위해 치주치료를 받아야 합니다.** 치과에서는 올바른 칫솔질법을 익힐 수 있도록 도와주는 몇가지 방법이 있습니다. 방만한 치과의사 선생님과 상의하셔서 본인에게 맞는 칫솔질법을 익히시기 바랍니다.

제39회 전국학생의 구강보건에 관한 작문, 포스터 공모전



최우수상
안산공업고등학교 3학년 이용주



금 상
이리남성여자고등학교 2학년 이수연



은 상
경주디자인고등학교 3학년 권이혁

퐁퐁 가글 사건

최우수상

서울 천동 초등학교
4학년 김병진

“우째 이런 일이...”
 작년 봄 나에게 하늘이 무너지는 일이 일어났었다. 그 날은 정말 교실 쓰레기통 속에라도 숨고 싶었다. 아침에 교실로 들어가는데 지나가던 문기가 내게 물었다.
 “너 이 닦고 왔나?”
 “무슨 이... 앵?”
 아차! 구강 검사를 하는 날이었다. 전날 선생님께서 알림장에까지 써 주셨었는데 늦어서 허겁지겁 그냥 온 것이다. 손 바닥에 입김을 ‘하’ 하고 불어보니 ‘크’ 그날 따라 내 입냄새는 왜 그렇게 지독한 걸까? 뒷자리 주호에게 한번 맡아 보라고 했더니 기절하는 시늉까지 하면서 강력한 최루탄 가스 무기라고 놀렸다. 재빨리 화장실로 달려가서 입을 물로 행켰다. 그런데 아침에 먹었던 콩치조림 냄새가 여전히 입에서 나는 것 같았다.
 “무슨 방법이 없을까?”
 생각을 하는데 눈에 들어온 것이 ‘퐁퐁’ 병이었다. 열고 냄새를 맡아보니 아주 향긋한 냄새가 솔솔 풍겨 나왔다. 병에는 그릇이나 과일을 닦을 때 쓰라고 적혀 있었다.
 “옳지, 그릇을 닦는 거니까 먹지만 않으면 입을 행구는 건 괜찮겠지.”
 나는 정수기 옆에서 물컵을 들고와서 퐁퐁을 아주 조금 컵에 붓고 물을 받았다. 부글부글 거품이 올라왔다. 거품을 보니가 걱정이 되었지만 나는 눈을 딱 감고 그 물을 한 모금 후룩 마셨다. 가글가글을 하려고 했지만 거품이 많아서 잘 되지 않았다. 그래서 머리를 막 흔들고 있는데 화장실 문이 덜컥 열리더니 2학년때 친구 영석이가 쑥나왔다.
 “야, 오랜만이다. 뭐 먹냐?”
 영석이가 ‘딱’ 뒤통수를 때렸다.
 “꿀꺽! 아아니.....”
 퐁퐁물이 목구멍으로 넘어가 버렸다.
 놀라서 병을 다시 읽어보니 먹었을 경우 토하고 의사와 상의하라고 적혀 있었다. 나는 심장이 쿵쾅거리는 소리를 들으며 보건실로 막 달려갔다.
 “선생님, 퐁퐁물을 먹었어요.”
 “아니, 어떻게 하다 먹었니.”
 선생님께서는 우유를 주시고 토해보라고 하셨다. 노력은 했지만 토해지지 않았다.
 화장실에 갔다오니 선생님께서 왜 그렇게 됐냐고 다시 물으셨다. 나는 창피했지만 사실대로 말씀드렸다. 선생님께서 막 웃으셨다. 구강검사를 하기 위해서 와 계신 치과 의사 선생님들도 같이 따라 웃으셨다. 정말 창피했다.
 “다행히 치료해야 할 이는 없구나. 하지만 다시는 퐁퐁으로 가글하지 말아라.”
 우리 교실에 들어오신 치과 의사 선생님께서 웃으며 말씀하셨다.
 ‘퐁퐁 가글 사건’
 참 창피했지만 이제 난 무슨 일이 있어도 이는 닦고 학교에 간다. 엘리베이터 앞에서 생각나면 다시 들어와서라도 닦고 가야만 한다. 엄마는 아예 가방에 칫솔과 치약을 넣고 다니라고 하신다. 내 생각에도 그게 좋을 것 같다. 참 부끄러운 일이었지만 나를 싹바꿔 놓은 사건이었다. 덕분에 나는 치과 검사도 당당히 받으러 간다.
 내가 앞으로 살아가면서 퐁퐁 가글은 다시는 없을 것이다.

Photo

Dental



구강건강 잊지말고 챙기세요!

시민들에게 바른 건강 정보를 제공하고 건강과 관련된 제품을 소개하는 '하이 서울 2006 건강도시 엑스포'가 지난해 11월 16일부터 19일까지 서울국제무역 전시컨벤션센터에서 개최됐다.

서울특별시, SBS가 주최한 건강도시 엑스포에서 서울시치과의사회는 서울시의사회, 서울시간호사회, 국민건강보험공단 등과 함께 참여해 시민들을 대상으로 무료 구강검진을 실시하고 올바른 구강상식 교육 등 다채로운 프로그램을 진행했다.



강서구회, 일일부모행사 뜻깊은 시간

2006년 11월 강서구회(회장 신재창)가 관내 30여명의 소년소녀가장들과 함께 손을 잡고 가을나들이를 다녀와 훈훈한 감동을 자아냈다.

강서구회는 지난 98년부터 한국복지재단을 통해 관내 소년소녀가장들에 대한 결연 후원 사업을 진행해왔으며 이번 야외회에서는 후원사업의 일환으로 진행되는 형식에서 탈피, 회원들이 소년소녀가장들에게 든든한 일일 부모가 되어 주는 뜻 깊은 행사를 마련했다. 용인에버랜드에서 아이들과 함께 놀이기구를 타며 즐거운 한 때를 보낸 한 회원은 "짧은 시간이나마 아이들의 부모가 되는 의미 있는 시간이었다"며 "앞으로도 이런 좋은 행사가 자주 마련됐으면 좋겠다"고 소감을 전했다.

광진구회, '광진건강엑스포' 참여 10월 18~19일, 구강보건관 운영

광진구회(회장 박원균)에서는 2006년 10월 18일과 19일 양일에 걸쳐 어린이대공원에서 진행된 '2006 광진건강엑스포'에 참여해 방문한 주민들의 구강검진 및 상담을 실시했다.

'구강보건관'이란 부스를 설치하고 박원균 회장을 비롯해 회원들이 직접 참가, 지역주민의 구강건강증진에 그 뜻을 함께 했다.

그동안 구민건강증진 관련 행사에 꾸준히 참여해 온 광진구회는 이번 행사에 치약과 칫솔을 준비해 검진을 받고 돌아가는 시민들에게 나눠줬으며 자전거 두 대를 경품으로 기부하기도 했다.



서울시치과의사회-서울시의사회 친선바둑대회

서울시치과의사회-서울시의사회 친선바둑대회가 1월 21일 서울시의사회관에서 개최됐다. 오후 2시부터 열린 대회에서 양 회를 대표하는 20명의 선수가 출전, 2차전으로 기력을 겨뤘다.

21회째를 맞은 친선바둑대회는 양 회의 친목도모는 물론, 상호교류를 통한 정보교환에도 도움이 되고 있다.



2006년 서울시치과의사회-동경도치과의사회 친선교류회

서울시치과의사회와 동경도치과의사회(회장 다나가 히데오)의 친선교류회가 2006년 11월 3일부터 5일까지 사흘에 걸쳐 개최됐다.

다나가 회장을 비롯 총 19명의 동경도치과의사회 임원진이 서울을 방문한 친선교류회는 한국 고유의 전통적 색채가 묻어있는 삼청각에서 환영만찬회를 가졌으며 공식행사와 함께 세미나를 진행하기도 했다. 특히 양회는 우정의 증표로 한국과 일본의 역사와 전통적 기품이 느껴지는 선물을 교환했다.



'시민 건강걷기대회' 무료구강검진

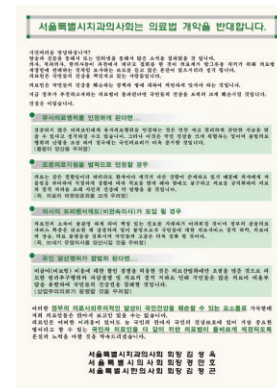
2006년 10월 28일 국민건강보험공단 서울본부가 주최한 '시민 건강걷기대회'에서 서울시치과의사회는 구강카메라를 이용한 무료 구강검진을 실시해 시민들의 높은 호응을 얻었다.

최대형 보험이사와 박경희 보험담당자가 검진에 참여한 가운데 시민들의 구강보건에 대한 관심을 고취시키는 시간이 마련됐다. 특히 입안을 직접 확인할 수 있는 구강카메라를 사용한 구강검진과 함께 구강 관리법에 대한 상세한 설명으로 행사에 참여한 시민들의 발길을 사로잡기도 했다.

의료법 개악 위험성 대국민 홍보유인물 제작, 배포

2007년 2월, 서울시치과의사회는 서울시의사회, 서울시한의사회와 함께 의료법 개악에 반대하는 이유를 명시한 대국민 홍보유인물을 제작, 배포했다.

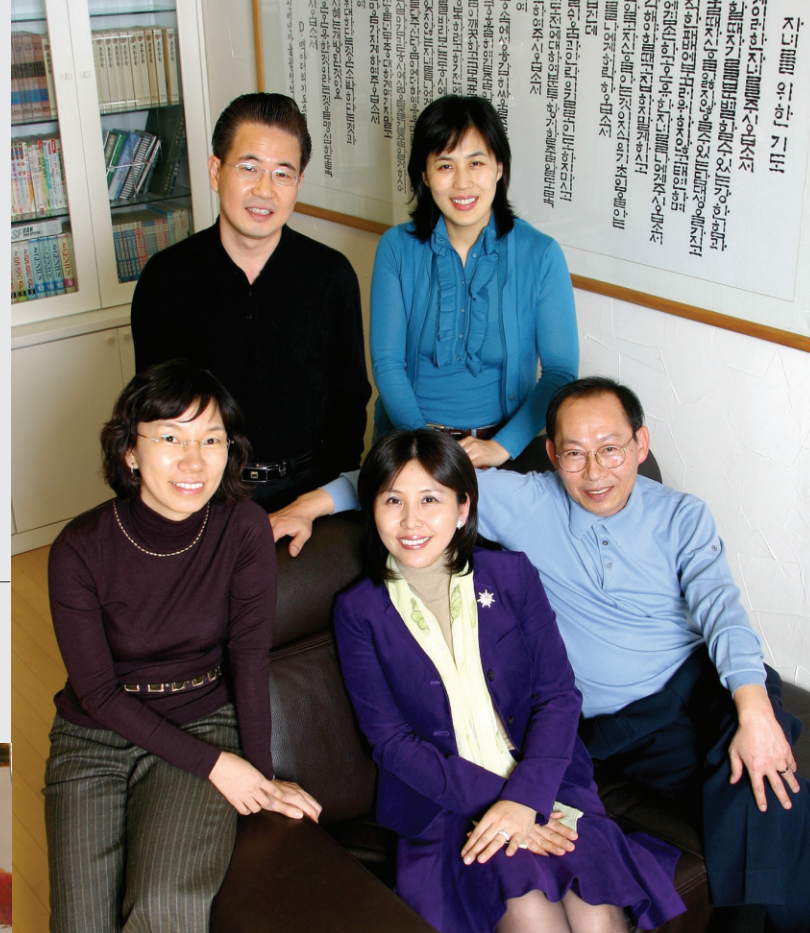
홍보유인물은 의료법 개정과 관련해 의사들의 '밥그릇 지키기'로 오도한 공중파 및 일간지 보도에 대해 국민들의 혼란을 방지하기 위해 제작됐으며 각 의료기관에 200~300부 가량을 배포, 대기실에 비치해 내원 환자들이 쉽게 접할 수 있도록 했다.



Postscript by The Staff



시계방향으로 윤은희 공보위원, 장세영 공보위원, 장정미 공보위원, 정철민 부회장, 최영림 공보담당이사 / 왼쪽 김석훈 공보위원



김석훈

한 번에 두가지 일 을 못하는, 어찌 보면 좋은 집중력이지만 한편으로는 다양하지 못한 인간이 두가지 일을 하자니 주번의 많은 분들을 불편하게 하네요. 제가 좋아하는 말이자 인생의 경계로 삼는 말이 '초심유지' 입니다. 공보위원을 맡을 당시의 초심을 유지하고 있는지 스스로에게 질문을 던지며 많은 반성을 하게 되네요. 부족한 부분을 메워 주시느라고 수고해 주신 여러분께 감사드립니다.

장정미

너무 가볍지 않은 치과잡지, 그렇다고 진실의 무게가 너무 많아도 안되는, 모든 이들이 진료실에서 편하게 볼 수 있는 치과인들이 만든 잡지. 오늘도 저희는 최선을 다해봅니다. 모두들 수고하셨습니다.

장세영

만물이 소생하는 새봄에 파릇한 모습으로 독자 여러분 곁으로 다가가는 '즐치' 를 생각해 봅니다. 치과라는 공포의 울타리를 벗어나 낮은 싸리담장에 항상 열려있는 문같이 편안하고 또 유익한 내용을 담은 잡지가 되었으면 하는 바람입니다. 새로운 모습으로 '즐치' 가 나오기까지 수고해 주신 최영림 선생님과 수고하신 선생님들에게 감사를 드리며, 좋은 글과 사진을 위해 애써 주신 리즈디자인팀에게도 감사드립니다. 항상 물심양면으로 지원을 아끼지 않으신 서울치과외과사회 김성욱회장님께 감사의 말씀을 전하며, 즐치 다음호는 더욱 풍성한 모습으로 여러분 곁으로 찾아가기를 희망합니다.

윤은희

어느새 봄입니다. 올 겨울은 유난히 따뜻한 겨울이었지만 그래도 파릇파릇 새싹이 돋는 봄을 기다리는 마음은 더욱 간절했습니다. 따뜻한 햇살을 받으며 어디론가 떠나고 싶은 마음에 책 속에서 경북공이나 수종사를 다녀옵니다. 봄별 따스한 오후, 커피 한잔 마시며 즐거운 치과생활로 함께 여행해 보시면 어떨까요?

Editor's Letter



햇살이 따스하게 비추어 순한 잎새와 꽃봉오리가 움트는 봄이 옵니다. 겨우내 마른가지들로 추위와 바람을 견디고 이젠 따스한 대지의 기운으로 형형색색 이쁜 꽃들을 피울겁니다. 산수유의 노란 꽃을 선두로 하얀 목련꽃과 개나리, 진달래가 여러 도시와 산들을 수놓아 진료실 창밖으로 종종 시선이 고정되었지요.

치과를 처음 방문하여 호기심과 두려움이 교차하는 어린아이의 눈빛을 마주하면 어린시절 저를 치료해 주셨던 치과 원장님의 부드러운 미소와 차분한 말씨가 떠오릅니다. "유치가 빠지고 나오는 너의 하얀 이는 참 예쁘니까 깨끗하게 칫솔질 잘해서 언제나 뽀뽀뽀 소리가 나아한다." 치과의사인 지금 그 뽀뽀 소리의 상쾌함을 전해주고 싶어서 아이들뿐 아니라 어른들께도 칫솔질과 스케일링의 전도사처럼 치과질환의 예방교육에 최선을 다하고 있습니다. 치과의술의 발전으로 빠진 치아를 대신할 수 있는 치료방법이 다양하여 선택의 폭이 넓어졌고 여러 심미치료법으로 많은 분께 자신있는 미소를 짓게 해드렸지요.

그런데 오랜기간 치과의사들이 노력했지만 충치와 치주질환은 여전히 극복해야할 문제로 남습니다. 또한 빠르게 변하는 세상의 흐름에 적응하려니 스트레스로 인해 이갈이나 이악물기 습관이 생겨 힘들어하시는 분들이 늘어나고 있습니다. 마음의 평화와 미소짓는 생활로 마음을 다스리는 것이 제일 좋지만 치과의사의 도움으로 스플린트나 보톡스 등으로 치료할 수 있는 방법도 있습니다.

사람들의 수명연장은 치과의술이 한 몫하여 맛있는 음식을 골고루 먹었기 때문이라고 하는 의견도 있더군요. 모든 분들이 언제나 건강과 젊음을 유지하면서 자연치아로 환히 웃으시기를 기대합니다.

봄, 여름호를 준비하면서 치과상식 부분에서 전문성을 발휘해주신 공보위원님들과 멋진 기사와 사진을 위해 애써주신 즐치팀원들께 마음 가득히 감사를 드립니다.

서울특별시치과외과사회 공보담당이사/편집인 최 영 림

ALL IN ONE
HANDPIECE STERILIZER
 High Temperature Oil Sterilization - DENTISTAR

www.dentistar.co.kr



“안심하고 진료 받으세요!”

저희 치과는 환자분들의 안전하고 편안한 진료를 위하여 핸드피스와 진료기구를 최첨단 HTOS 멸균방식 덴티스타 로 소독 후 사용하고 있습니다.



믿을 수 있는 치과 진료의 동반자



‘덴티스타’ 는

- 세계 최초 HTOS 방식을 적용한 새로운 멸균방식을 채택했습니다.
- 핸드피스 등의 진료기구를 멸균 소독하여 ‘교차감염’을 예방해줍니다.
- 인체에 무해한 오일을 소독제로 사용하기 때문에 안전합니다.
- 최상의 기구 성능을 유지시켜주기 때문에 편안한 진료가 가능합니다.

HTOS방식이란 ?

High Temperature Oil Sterilization의 약어로 (쥬세진테크에서 개발해낸 인체에 무해한 고온 오일을 이용한 의료용 멸균 방식을 말합니다.)