

구강 건조증의 원인과 치료법:

환자에게 구강 건조증의 증상, 위험 요인, 완화 및 치료 방법, 치료를 받아야 하는 경우와 부위에 대해 알려주세요.

아침에 일어나면 입안이 마르고 끈적하게 느껴집니까? 물을 마시고 싶은 욕구를 심하게 느끼니까? 구강 건조증은 타액의 생성을 느리게 하거나 막는 증세로, 삼키거나 음식을 씹거나 똑똑하게 말하기 어렵게 만듭니다. 구강 건조증은 충치에 영향을 주어 충치가 매우 빠르게 악화되도록 할 수 있습니다. 구강 건조증을 방치하면 구취도 심해질 수 있습니다.

구강 건조증의 원인

복용하는 약물(처방약과 일반약 모두)로 인해 구강 건조증이 발생할 수 있습니다. 그렇다고 약물 복용을 멈추지는 말되 의사나 치과 의사에게 구강 건조증에 대해 말하십시오. 구강 건조증은 당뇨병과 같은 다른 질환 또는 증상의 징후일 수도 있으므로 문제가 될 경우 의사 또는 치과 전문의에게 구강 건조증에 대해 말해야 합니다.

구강 건조증 증상:

- 마치 입안에 솜뭉치를 채운 것처럼 마르거나 끈적한 느낌이 듭니다.
- 입안 또는 혀에 작열감이 들고 경우에 따라 혀가 신발 가죽처럼 느껴집니다.
- 씹거나 삼키거나 말할 때 어렵거나 불편합니다.
- 입술과 목이 마르거나 입이 따갑습니다.

구강 건조증의 위험 요인:

- 약물 - 의사 또는 치과 전문의에게 부작용으로서 구강 건조증이 발생할 수 있는지를 확인하십시오.
- 쇼그렌 증후군 - 구강 건조증은 안구 건조증과 함께 나타날 수 있습니다.
- 진성 당뇨병 - 잘못된 혈당 관리는 구강 건조증과 연관이 있는 것으로 알려져 있습니다.
- HIV/AIDS
- 우울증
- 관리되지 않은 고혈압
- 알츠하이머병
- 에디슨병
- 알코올 간경화
- 전신 탈수증 및 침샘 감염

구강 건조증 관련 질문 - 예 또는 아니요로 대답:

- 당뇨병 처방약을 한 가지 이상 복용하고 있습니까?
- 아침에 일어나면 입안이 끈적하고 건조하게 느껴집니까?
- 삼키거나 말하는 데 어려움이 있습니까?
- 입안이 건조해지는 것을 막기 위해 물을 많이 마십니까?
- 목이 건조하고 때때로 입안에 작열감이 느껴집니까?
- 혀에 작열감이 느껴지거나 혀가 어두운 붉은색으로 변했습니까?
- 때때로 혀가 신발 가죽처럼 건조하게 느껴집니까?

- 가끔 입안 또는 혀의 따가움이 오래 지속됩니까?
- 입안에 침이 너무 적다고 느껴집니까?
- 음식을 삼키기 위해 액체를 마십니까?
- 식사를 한 후 입안이 건조하게 느껴집니까?

하나 이상의 질문에 “예”로 답한 경우 의사/간호사와 상담하고 치과 의사/치위생사를 찾아 구강 건조증과 구강 건강에 대한 정보를 얻으십시오.

구강 건조증 치료 및 관리 팁:

- 밤낮 수시로 실온의 물을 마시고 항상 물병을 휴대하십시오.
- 너무 뜨겁거나 차가운 물을 마시지 마십시오.
- 무가당 음료만 마시고 탄산음료는 피하십시오.
- 카페인을 입안을 건조하게 만들 수 있으므로 카페인이 있는 음료는 피하십시오. 커피, 차 또는 다이어트 소다를 가끔 마시는 것은 괜찮지만 지나치면 안 됩니다.
- 식사 중에 물과 같은 음료를 함께 섭취하십시오. 식사 전, 식사 중, 식사 후에 물을 마시십시오.
- 무가당 껌을 씹거나 무가당 사탕을 빨아먹어 침이 흐르도록 자극하십시오.
- 알코올 음료와 흡연은 입안을 건조하게 하고 잇몸 질환과 구강암에 걸리기 쉽게 만듭니다.
- 알코올이 함유되지 않은 구강 청결제를 사용하십시오. 라벨을 읽고 성분표에 알코올이 없는지 확인하십시오.
- 자는 동안 가습기를 사용하여 방안 공기 습도를 높이십시오.

치과 의사와 상담하여 구강 건조증 치료와 관리를 위한 종합적인 계획을 세우십시오. 이 계획에는 치과 의사의 진료를 더 자주 받는 것이 포함될 수 있습니다.

구강 건조증과 관련 문제와 관련해 병원에서 이루어지는 치과 치료로는 국소성 불소 치료, 그리고 가정용 불소, 항균/항진균 구강 청결제 또는 자일리톨 껌과 같은 기타 제품의 처방 등이 있습니다. 충치를 모니터링하기 위해 진단 X-레이를 더 자주 찍어야 할 수 있습니다. 환자의 필요에 따라 적절하게 가정에서의 관리 방법을 지시해야 합니다.

입안이 계속 건조한 경우 구강의 세균 또는 바이러스 감염 위험이 높아질 수 있습니다. 의치 고정기, 기구 또는 마모되거나 결함 있는 치아 복원 기구 가장자리와 구강 조직의 마찰 같은 외상으로 인해 이러한 궤양이 발생할 수도 있습니다.

구강 건조증과 관련해 많이 발생하는 감염증을 치료하는 약품이 많이 있습니다.

구강 건조증에 대한 자세한 정보는 의료진에 문의하십시오.

다음 제품을 사용하는 것이 좋습니다.

Oral-B 전기 충전식 칫솔

구강 -B 치실

Oral-B 수동 칫솔

크레스트 및 구강 -B 구강 청결제

크레스트 치약