

치매 어르신의 구강위생관리

연세대학교 원주의과대학 치위생학과
김남희
nami71@yonsei.ac.kr

어르신이 아침에 일어나서 혹은 식사를 마친 후에 칫솔과 치약을 사용해서 치아나 틀니를 닦는 행동은 오랜 습관으로 형성된 경우가 많습니다. 그렇기 때문에 어르신이 스스로 하시는 칫솔질이 입안 구석구석을 깨끗이 닦는 데 효과적이지 않더라도 습관으로 형성된 행동을 쉽게 바로잡기는 어렵습니다. 더욱이 일반 어르신보다 치매를 앓고 있는 어르신이라면, 평소 행동을 바꾸기가 더 어렵고, 누군가가 그 오랜 습관을 대신해 주는 것 또한 쉽지 않은 일입니다.

구강위생관리는 입안에 있는 치아(틀니와 보철물 포함)와 혀 그리고 그것을 둘러싼 모든 조직을 청결하고 건강하게 관리하는 것을 의미합니다. 어르신 삶의 질과 존엄성 보장에 있어 구강위생관리는 매우 중요합니다. 어르신에게 구강위생관리가 얼마나 필요한지 그리고 적절한 구강위생관리가 어르신의 폐렴 예방¹⁾과 삶의 질 향상²⁾에 어떤 효과가 있는지는 이미 전 세계적으로 잘 알려진 사실입니다.

치매 어르신의 구강위생관리는 평상시에 스스로 칫솔질이 가능한지와 이를 닦는 행동에 대한 순응 정도 그리고 그때 당시의 기분과 인지 상태에 따라서 구강위생관리에 필요한 도구와 방법이 달라질 수 있습니다. 이에 따라 구강위생관리를 효과적으로 할 수 있는 방법에 대해 구체적으로 “누가(Who)?”, “언제(When)?”, “무엇으로(What)?”, “어디서(Where)?”, “어떻게(How)?” 그리고 “왜(Why/Purpose)?” 제 공할 것인지를 고려해야 합니다.

치매 어르신의 구강위생관리는 무엇보다 치매 어르신의 인권과 존엄성 존중을 최우선으로 고려할 때 그 의미가 있습니다. 즉, 어르신의 존엄성 존중을 위해 치매 어르신을 이해하고 배려하는 시간과 노력을 통해, 어르신을 위한 적절한 구강위생관리 제공이 필요합니다.

1) Akio Tada et al. Prevention of aspiration pneumonia (AP) with oral care. Archives of Gerontology and Geriatrics, 2012.
2) Jang, Eun-jin, et al. "Oral health related quality of life and it's related factors of stroke patients at home in Korea." Archives of gerontology and geriatrics 2015;61(3):523-528.