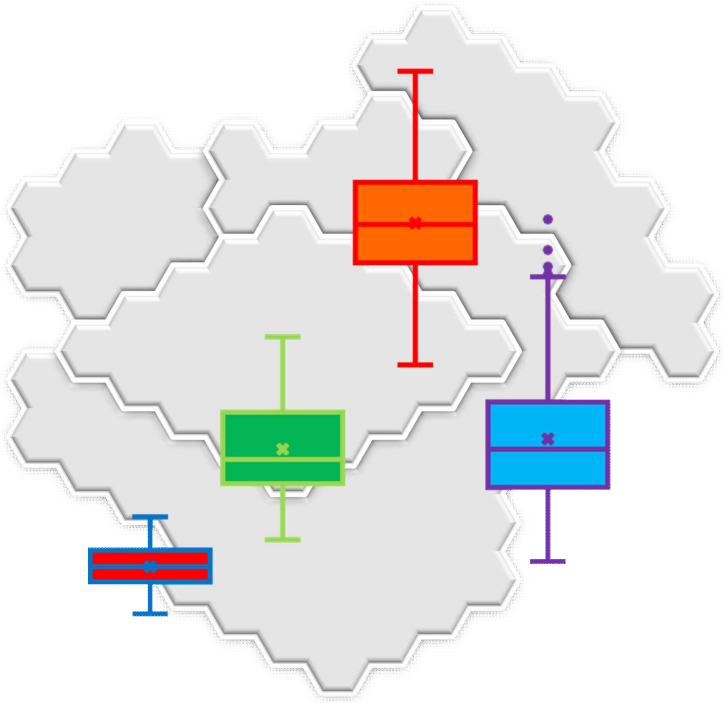
수도권질병대응센터(제1권 제4호, 2025. 5. 22.)

수도권역
주간 만성질환 통계 알리미



질병관리청
수도권질병대응센터

[일러두기]

○ 발간 목적: 질병관리청에서 생산하는 지역사회건강조사 등 지역별 통계 생산이 가능한 자료를 활용하여 건강행태 및 만성질환 통계를 지속·제공함으로써, 지자체와의 소통 채널로 활용

- 구강 보건의 날(6월 9일)을 맞아 이번 호는 '저작불편호소율(65세 이상)'에 관한 지역 통계 자료를 제공하고, 다음 호는 '어제 점심식사 후 칫솔질 실천율' 제공 예정임

○ 자료 작성 기준

- 자료원: 지역사회건강조사
- 본 자료는 수도권질병대응센터 관할 서울, 인천, 경기, 강원 지역을 대상으로 함
- 지표 결과는 비교하고자 하는 집단 간 인구구조 차이를 표준인구('05년 추계인구)로 보정한 표준화율로 작성
- 전국 대푯값은 시·군·구 중위수로 제시

○ 발간 주기: 매주 목요일('25. 5. 1.~)

목 차

1. 저작불편호소율 지역 통계 현황 ····· 1
2. 지역 만성질환사업 소개 ····· 3
3. [참고1] 치주질환이란 ····· 4
4. [참고2] 아동 구강건강 관리 ····· 6

저작불편호소율 지역 통계 현황

[저작불편호소율] 현재 치아나 틀니, 잇몸 등 입안의 문제로 음식을 씹는 데 불편하다고 인식하는 사람의 분율 * 65세 이상 대상

○ '24년 수도권역 시·도별 저작불편호소율은 **서울 21.7%, 인천 28.9%, 경기 26.1%, 강원 28.1%**으로, **인천이 가장 높았음**

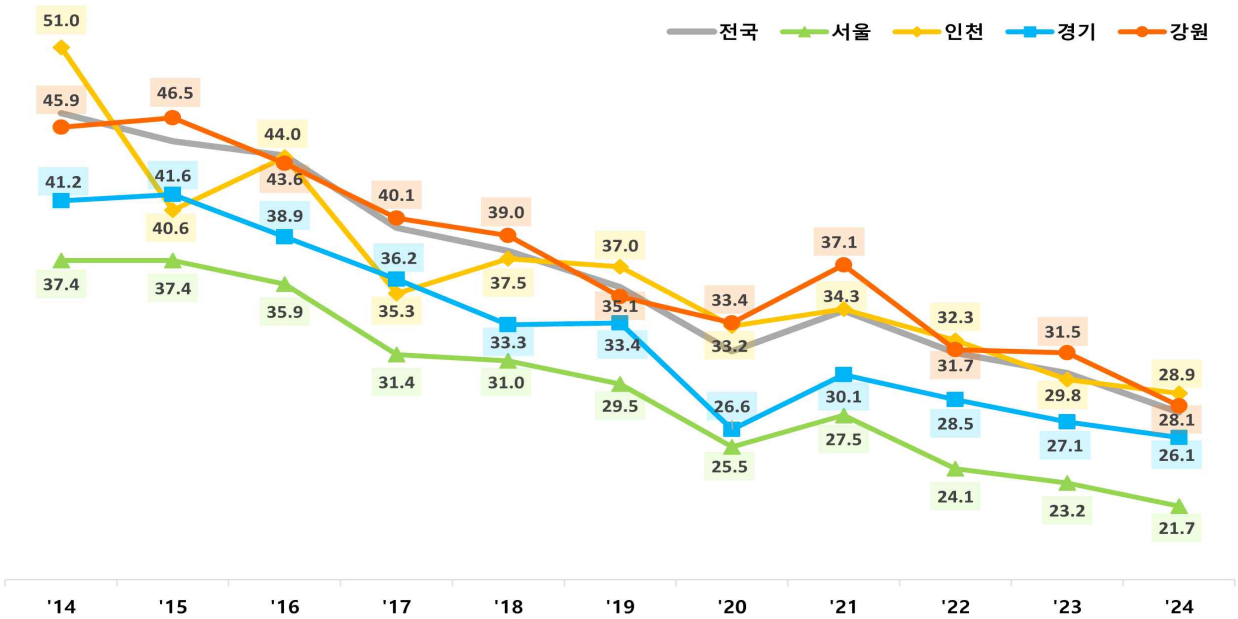
* '24년 전국 저작불편호소율은 **27.7%**로, **제주**가 **21.4%**로 **가장 낮았고, 경북**이 **31.3%**로 **가장 높았음**

○ 최근 10년간 저작불편호소율은 전반적으로 감소 추세를 보임

<'14-'24년 시·도별 저작불편호소율 추이(단위: %)**>**

■(전국보다 낮은 지역), ■(전국보다 높은 지역)

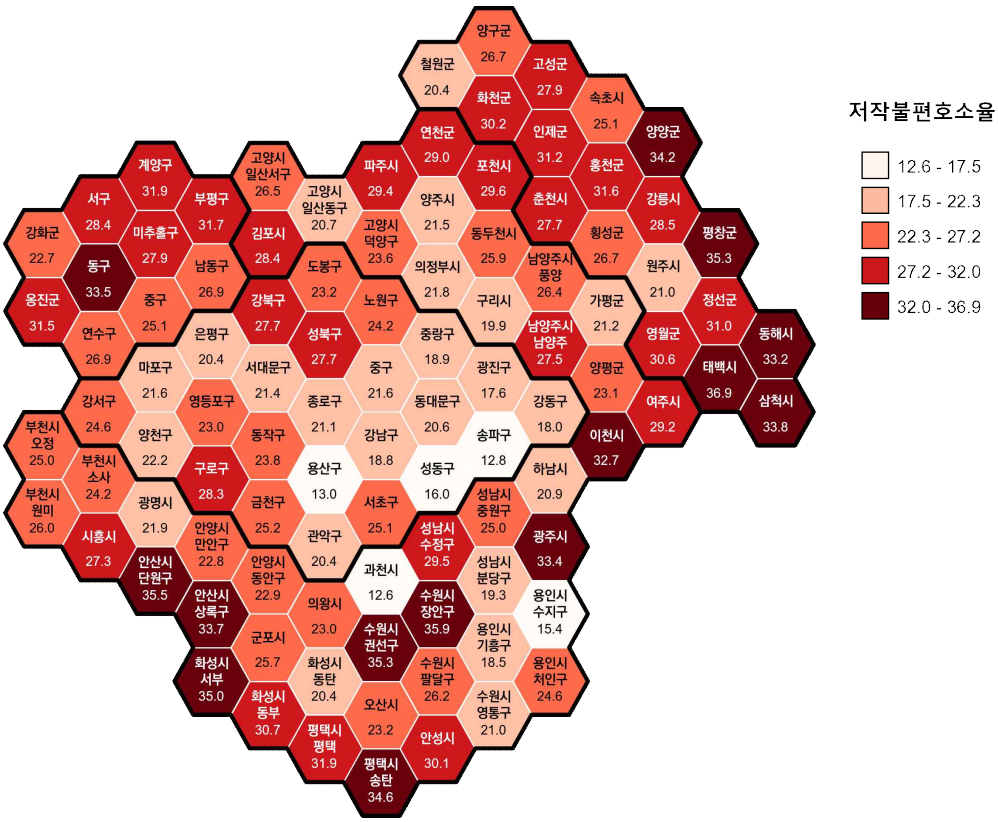
구분	'14	'15	'16	'17	'18	'19	'20	'21	'22	'23	'24
전국	**46.8**	**45.0**	**44.1**	**39.5**	**38.0**	**35.7**	**31.6**	**34.2**	**31.5**	**30.2**	**27.7**
서울	37.4	37.4	35.9	31.4	31.0	29.5	25.5	27.5	24.1	23.2	21.7
인천	51.0	40.6	44.0	35.3	37.5	37.0	33.2	34.3	32.3	29.8	28.9
경기	41.2	41.6	38.9	36.2	33.3	33.4	26.6	30.1	28.5	27.1	26.1
강원	45.9	46.5	43.6	40.1	39.0	35.1	33.4	37.1	31.7	31.5	28.1



○ ’24년 수도권역 시·군·구별 저작불편호소율은 **경기 과천시**에서 12.6%로 **가장 낮았고, 강원 태백시**에서 36.9%로 **가장 높았음**

* 전국적으로는 **경기 과천시**가 12.6%로 **가장 낮았고, 전남 영암군**이 41.0%로 **가장 높았음**

< ’24년 시·군·구별 저작불편호소율 분포 >



* 지표의 수치가 높을수록 진한 색

(단위: %)

순위	상위지역					하위지역				
	전국	서울	인천	경기	강원	전국	서울	인천	경기	강원
1위	**전남 영암군 (41.0)**	**구로구 (28.3)**	**동구 (33.5)**	**수원시 장안구 (35.9)**	**태백시 (36.9)**	**경기 과천시 (12.6)**	**송파구 (12.8)**	**강화군 (22.7)**	**과천시 (12.6)**	**철원군 (20.4)**
2위	전북 정읍시 (38.2)	성북구, 강북구 (27.7)	계양구 (31.9)	안산시 단원구 (35.5)	평창군 (35.3)	서울 송파구 (12.8)	용산구 (13.0)	중구 (25.1)	용인시 수지구 (15.4)	원주시 (21.0)
3위	전남 나주시 (38.0)		부평구 (31.7)	수원시 권선구 (35.3)	양양군 (34.2)	서울 용산구 (13.0)	성동구 (16.0)	연수구, 남동구 (26.9)	용인시 기흥구 (18.5)	속초시 (25.1)
4위	경북 안동시 (37.5)	금천구 (25.2)	옹진군 (31.5)	화성시 서부 (35.0)	삼척시 (33.8)	경기 용인시 수지구 (15.4)	광진구 (17.6)		성남시 분당구 (19.3)	횡성군, 양구군 (26.7)
5위	경북 포항시 남구 (37.0)	서초구 (25.1)	서구 (28.4)	평택시 송탄 (34.6)	동해시 (33.2)	서울 성동구 (16.0)	강동구 (18.0)	미추홀구 (27.9)	구리시 (19.9)	

지역 만성질환사업 소개(지역 언론보도 중심)

서울 서대문구 노인돌봄사업 종사자 133명 '구강건강 리더' 양성

○ '주민참여형 구강건강 증진사업'의 일환으로 노인돌봄 현장에서 밀접하게 접촉하는 인력을 통해 노인의 구강관리 실천 능력을 높이고자, 지난 8일 서대문구 내 생활지원사, 요양보호사, 사회복지사, 보건소 방문간호사 등 **'노인돌봄사업 종사자' 133명을 대상으로 '구강건강 리더 양성 교육'을 실시**

○ 교육은 ▲노년기 주요 구강질환 이해 ▲구강 관리 용품 선택 및 올바른 칫솔질 실습 ▲의치 및 구강건조증 관리법 ▲구강건강 실천 사례 공유 등 현장감 있는 내용으로 진행

○ 교육을 받은 노인돌봄 종사자들은 관내 1,700여명의 재가 및 입소 노인을 대상으로 '치아 유지를 위한 기본적인 노인 구강위생 지도' 및 '구강 관리 용품 제공' 등의 맞춤형 서비스를 제공할 예정

[참고] 매일일보(2025. 5. 8.)

경기 부천시 통합건강돌봄센터, 방문 구강관리 서비스 확대

○ 내년 3월 '의료요양 등 지역 돌봄의 통합지원에 관한 법률' 시행에 맞춰, 지난 9일 부천시는 보건소 내 통합건강돌봄센터를 중심으로 건강돌봄 서비스를 강화한다고 밝힘

○ 통합건강돌봄센터는 간호사, 운동지도사, 치과위생사 등 전문 인력이 거동이 불편한 어르신 가정을 방문해 건강 상태를 평가하고, 분야별 맞춤형 서비스를 제공·연계하는 방식으로 운영

○ 올해부터는 **구강 상태가 취약한 어르신을 대상으로 구강건강 상담, 틀니 관리, 올바른 칫솔질 교육 등 가정방문 구강 관리 서비스를 확대**하고 있음

○ 아울러 복지 사각지대에 있는 어르신을 비롯해 거동 불편으로 치과 내원이 어렵거나 만성질환 등으로 종합적인 건강관리가 필요한 주민을 대상으로 사례회의를 거쳐 대상자를 선정하고, 통합 건강돌봄 서비스를 제공

[참고] 프레시안, NSP통신, 더팩트, 경인매일(2025. 5. 9.)

참고1 치주질환이란

정의

치아는 치주인대, 치조골, 그리고 잇몸으로 구성된 치주조직에 의해 단단히 고정되어 있습니다. 치주조직은 음식을 부수거나 찧을 때 치아를 단단히 잡아주는 역할을 합니다. 이 치주조직이 세균에 의해 감염되면서 염증이 생기는 병이 치주질환입니다. 치주질환이 생기면 잇몸에서 피가 나게 되고, 더 진행되면 악취와 고름도 납니다. 결국 치아를 둘러싼 뼈(치조골)가 녹으면서 치아를 잡아주는 힘이 약해집니다. 이렇게 되면 치아가 흔들리게 되어, 음식을 씹을 때 치통이 생깁니다

원인

치주질환의 제일 큰 원인은 잇몸 주위의 세균입니다. 입 안에는 다양한 세균이 있습니다. 그중 일부는 잇몸에 웬만큼 있어도 크게 문제를 일으키지 않습니다. 하지만, 병을 유발할 수 있는 능력(병원성)이 매우 강한 세균도 존재합니다. 이들 세균의 숫자가 많아지면 잇몸을 공격하게 됩니다. 우리 몸은 이들 세균에 대항하기 위해 면역 반응을 일으키면서 잇몸에 염증이 생깁니다. 결국 세균 감염과 염증에 의해 잇몸이 나빠지게 됩니다. 특히 당뇨병이 심하거나 몸의 건강이 좋지 않으면 일반적인 상황보다 훨씬 빨리 치주질환이 생기게 됩니다.

증상

치주질환이 생기면 음식을 먹을 때나 양치할 때의 자극으로 잇몸에서 피가 납니다. 잇몸이 부으면서 양치가 잘 안되어 음식물 찌꺼기가 많이 남고 세균도 더 많이 자라면서 잇몸에서 냄새가 날 수도 있습니다. 초기 단계까지는 큰 통증은 없습니다. 그러나 점점 더 진행되면 치아를 잡아주는 치조골이 녹아내리면서 딱딱한 음식을 씹을 때 치아를 지탱하지 못해 흔들리며 통증이 생길 수 있습니다. 치주질환 초기에는 큰 통증도 없고, 심해졌다가도 또 좀 나아지기도 해서 병원에 가야겠다는 생각을 잘 하지 않게 됩니다. 그런데 치주질환은 어느 정도 진행이 되면 진행 속도가 점점 빨라지기 때문에 씹을 때 통증이 생겨서 병원을 방문하게 되면 이미 상당히 진행된 경우가 많습니다. 이때는 치료도 많이 받아야 하고, 치료해도 재발이 잘 됩니다. 치주질환 초기에는 자각증상이 거의 없어서 치료가 필요한지 아닌지 판단하기 어렵기 때문에 적절한 치료 시기를 놓치지 않기 위해 주기적인 점검을 받아야 합니다.

치료

치주질환 치료의 시작은 치석제거술(스케일링)입니다. 이 과정은 치아 표면의 치석과 착색을 제거하여 세균이 번식하기 어려운 환경으로 만들고, 칫솔질만으로도 이가 잘 닦일 수 있는 상태를 만듭니다. 즉, 평소의 칫솔질만으로도 잇몸 관리가 잘되도록 하여 치주질환이 생기지 않도록 하는 것입니다. 그런데 치주질환이 일정 수준 이상 진행되면 치아와 잇몸 사이의 틈, 즉 치주낭이 깊어집니다. 이런 치주낭에는 치석이 쌓이기 쉬워 병원성 세균이 활발히 번식하게 됩니다. 이때는 치석제거술만으로는 치료가 어렵기 때문에, 잇몸을 마취한 후에 치주낭의 깊은 부위에 쌓인 치석을 제거하는 치료가 필요합니다. 치주질환의 진행이 더욱 심해지면, 잇몸을 절개하여 젖힌 후 치아의 뿌리(치근) 표면에 있는 치석을 제거하고 치근면을 매끈하게 하는 시술을 하기도 합니다.

예방

치주질환도 다른 질환처럼 예방이 제일 중요합니다. 이를 위해 평소에 칫솔질을 잘하는 것이 가장 중요하며, 정기적으로 치석제거술(스케일링)을 받아야 합니다. 식사 후와 잠자기 전에는 모든 치아의 표면과 치아와 잇몸이 만나는 경계부위를 세심하게 칫솔질하는 것이 중요합니다. 이때 너무 세지 않은 부드러운 힘으로해야 합니다. 특히 어금니 부위, 입천장 쪽, 그리고 혀 쪽 면은 칫솔이 닿기 어려우므로 거울을 보면서 닦을 필요가 있습니다. 칫솔은 너무 오래 사용하면 솔이 닳아 잘 안 닦이므로, 약 3개월마다 교체하는 것이 좋습니다. 칫솔질 후에는 치간 칫솔 또는 치실로 치아 사이를 한 번 더 닦는 것이 좋습니다. 치주질환이 잘 생기는 치아와 치아 사이를 한 번 더 닦는다고 생각하면 됩니다.

Q&A

치석제거술을 받으면 이가 더 시리고 잇몸과 치아가 약해지지 않나요?

치석제거술을 받고 나서 이가 시리거나 치아 사이가 벌어졌다고 하는 경우가 있습니다. 치아 표면을 덮고 있던 치석을 제거하였기 때문에 시릴 수도 있고, 치아 사이에 낀 치석을 제거하였기 때문에 벌어진 것처럼 보일 수도 있습니다. 하지만, 이런 불편한 점이 있더라도 치석을 제거하지 않고 그대로 두면 치주질환이 악화되어 치아를 빼야 할 수도 있으므로 치석제거술은 정기적으로 꼭 받아야 합니다. 시린 이에 효과적인 '시린 이 전용 치약'을 사용하면 이런 불편을 어느 정도 줄일 수도 있습니다. 또한, 치석제거술을 자주 받는다고 해서 잇몸과 치아가 약해지지는 않습니다. 잇몸이 약한 사람은 체질적으로 치주질환이 잘 진행되어 치석제거술을 자주 받아야 합니다. 치석제거술을 받아도 치주질환이 조금씩 더 진행되기 때문에 잇몸이나 치아가 약해진다고 느끼는 것입니다.

[참고] 국가건강정보포털-이달의 건강정보(2023년 6월)/질병관리청

참고2 아동 구강건강 관리

2023.9.20. 질병관리청

아동구강건강실태조사를 이용한

우리나라 아동의 구강건강을 알아볼까요?



1/8

2023.9.20. 질병관리청

아동구강건강실태조사! 들어보셨나요?

「구강보건법」 제9조에 근거하여 5세, 12세 아동의 구강건강상태를 파악하고 국가구강정책 수립을 위한 조사입니다.

2021-2022년 아동구강건강실태조사는 5세(어린이집 및 유치원 416개 기관) 약 8,500명, 12세(423개 중학교 1학년) 약 18,700명 참여

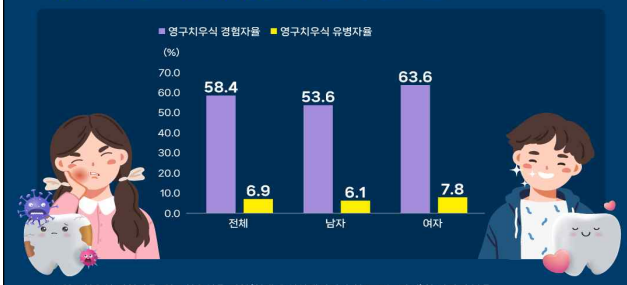


2/8

2023.9.20. 질병관리청

영구치(12세) 건강은 어떨까요?

12세 아동(영구치)은
2명 중 1명은 충치를 경험,
10명 중 1명은 치료되지 않은 충치를 가지고 있음



※ 영구치우식 경험자율: 영구치우식을 경험(현재 우식상태이거나 치료 또는 발거)한 사람의 분율
※ 영구치우식 유병자율: 현재 영구치에 발생된 우식을 가진 사람의 분율

3/8

2023.9.20. 질병관리청

영구치(12세) 건강은 어떨까요?

우식경험영구치지수는 1.9개로 WHO평균인 1.8개와 비슷하나 영국(2017) 0.5개, 일본(2016) 0.8개 보다는 높은 수준임

출처 Oral Health Country/Area Profile Project 홈페이지(https://capp.mau.se/ Global caries map for 12 year olds)
Based on the most recent data in CAPP in 2018



※ 우식경험 영구치지수: 1인 평균 우식경험(현재 우식상태이거나 치료 또는 발거) 영구치의 수

4/8

2023.9.20. 질병관리청

구강관리(12세)는 잘하고 있을까요?

최근 1년 기준



치과이용

- 10명 중 6명(61%)은 치과를 방문
- 10명 중 2명(18%)은 치료가 필요하다고 생각했으나 치료를 받지 못함



칫솔질

- 10명 중 2명(15%)은 점심식사 후 칫솔질 실천
- 10명 중 7명(68%)은 잠자기 전 칫솔질 실천



충치유발음식

- 10명 중 5명(55%)은 충치유발간식을 하루 2회이상 섭취
- 10명 중 3명(28%)은 충치유발음료를 하루 2회이상 섭취

5/8

2023.9.20. 질병관리청

구강관리는 어떻게 하면 좋을까요?

치과에서



- **정기검진**
  - 6개월마다 정기적으로 치아건강을 확인해주세요.



- **불소도포**
  - 정기적인 불소도포는 치아를 단단하게 만들어 충치로부터 보호해줍니다.



- **치아홈메우기**
  - 치아에 구강세균이 숨어사는 작은공간을 막아주면 충치를 예방할수 있어요.

6/8





<아동 구강건강 관리>

[참고] 질병관리청 누리집