

## 자연 치아 보존을 위해서는 생체친화적 'MTA 신경치료'

충치를 방치한다면 잇몸에 염증이 생기고 붓기 시작하며 음식을 섭취할 때 느끼는 통증이 점차 커질 수 있다. 치아 내 신경 조직이 손상되거나 감염돼 자칫 발치를 초래할 수 있는 만큼 조기에 적극적으로 치료해야 한다. 충치의 정도가 심각한 경우 치아 내부의 신경 조직에 감염이 발생하며 치아 뿌리 주변에 있는 염증으로 인해 신경치료가 필요하다.

신경치료는 심한 충치 등으로 손상된 치아의 내부 신경, 혈관, 치수조직을 제거한 후 다른 재료를 주입해 밀봉한 후 치아의 기능을 원래대로 되살려 주는 시술이지만 통증에 대한 부담감이 상존한다. 신경을 모두 제거하면 신경에 의한 통증이나 시린 증상이 사라지며 치아 뿌리 끝 염증 증상이 개선된다.

신경치료로 제거된 치수조직 공간은 충전물질로 대체하며 주로 가타퍼처(Gutta Percha)라는 물질이 사용되고 있다. 무독성으로 건강보험이 적용되는 재료인 만큼 비용 부담을 덜 수 있다. 근관 접합성이 우수하고 치근단 조직을 자극하지 않고 방사선 불투과성 물질을 함유하고 있다. 다만 만성염증 반응 우려가 있고 상아질 접

착이 원활하지 않은데다 손상된 조직의 재생유도력이 떨어진다는 단점이 있다.

최근에는 가타퍼처의 대안으로 'MTA(Mineral Trioxide Aggregate) 신경치료'가 선호된다. MTA는 치아 뿌리를 재생시키는 효과가 있는 생체친화적인 충전 물질로 수분이 있는 치아 내에서 치아 내부의 벽과 결합해 밀폐하는 역할을 수행하므로 세균이 생기는 공간을 원천적으로 차단할 수 있다. 치아 뿌리 재생 효과도 우수하며 MTA 신경치료 후 염증 재발 확률도 낮은 편이다. MTA 소재를 사용할 경우 일반 신경치료 대비 치과 내원 횟수를 줄일 수 있으며 치료 시간도 단축된다.

신경치료는 정밀하게 이뤄지지 못할 경우 세균 감염, 잇몸 염증 등 부작용이 발생할 수 있으므로 숙련된 의료진을 중심으로 치료를 선택하는 것이 중요하다. 무엇보다도 임플란트보다는 자연치아를 최대한 보존하는 치료가 바람직하다.

군포도림치과 전강진 원장



## 목 디스크 흡사한 어깨통증 '사각근증후군' 의심해봐야

많은 사람이 지속적인 목과 어깨 통증이나 팔 저림 증상이 나타나면 목디스크를 떠올리기 마련이다. 하지만 목 통증을 단순히 목디스크로 여기는 판단은 지양해야 한다.

발생 원인과 치료 방법이 상이한 '사각근증후군' 역시 목디스크와 증상이 매우 유사하기 때문이다. 이는 사각근 주변에 팔로 가는 신경이 분포돼 있기 때문이다. 사각근이 주변 신경을 누르면 목디스크와 마찬가지로 팔과 손에 신경학적 증상이 유발된다.

일반적으로 사각근이 과도하게 경직되면 목을 옆으로 돌릴 때 저항감이 느껴진다. 목에서 팔로 향하는 혈관과 신경이 통과하는 흉곽 출구가 압박을 받으면 목과 어깨, 팔, 손에 증상이 나타나며 목뿔가 뻗듯하거나 빠르거나 느린 느낌과 함께 팔 통증 또는 긴장에 의한 두통이 발생할 수 있다.

사각근증후군이 심해져 손상이 일어날 경우 동맥 파색 증상으로 혈류가 막히면서 심장에 무리를 줄 수 있다.

주로 어깨가 처진 여성들에게서 발생하는 사각근증후군은 잘못된 자세와 습관으로 지나치게 경직된 사각근에 기인하므로 바른 자세로 교정하는 보존적 치료만으로도 충분히 호전될 수 있다.

만약 사각근증후군으로 통증이 심해 일상생활에 지장을 준다면 병의원에 내원해 상태에 알맞은 치료가 뒷받침돼야 하며 이때 주사치료를 병행하는 것도 효과적이다. 보존적 치료만으로 개선이 되지 않는다면 사각근이 위치한 목과 어깨 부근의 근육을 이완할 수 있는 도수치료를 고려해야 한다.

오직 수지로 진행해 환자별로 치료 강도를 조절해 맞춤형 처방이 가능한 도수치료는 절개나 수술, 합병증에 대한 부담감을 최소화할 수 있으며 전신 질환을 앓고 있는 노년층에게도 적합하다. 치료사가 통증이 있는 부위 근골격 조직을 손으로 직접 만져 자극하거나 이완시키고 교정해 통증 경감과 증상 완화뿐만 아니라 체형교정 효과까지 도출할 수 있다.

도수치료를 통해 증상이 완화된 이후에도 원래의 습관이나 바르지 않은 자세를 반복한다면 재발의 가능성이 있으므로 자세 교정이 반드시 함께해야 한다. 가산척나의원원 이승현 원장



### 건강 단산

#### 동국제약 '오라메디' 영상, 550만 뷰 돌파

동국제약(대표이사 오흥주)의 구내염 치료제 '오라메디'의 온라인 바이럴 영상이 공개 한 달 만에 유튜브 조회 수 550만 뷰를 돌파했다. 이번 광고는 여학, 자격증 시험 등 취업 준비로 만성 피로 경향이 많은 젊은 세대를 겨냥해 토의 학원을 배경으로 제작됐다. 2분 7초 길이로 2013년 배우 하정우가 감독했던 영화 '롤러코스터'의 캐릭터들을 패러디했다. '롤러코스터'에서 안과 의사로 출연했던 배우 이지훈이 영어 선생님이로 등장해 능청스럽고 코믹한 연기를 선보였다.

#### 고려은단, 단백질 셰이크 출시 기념 파우치 증정

고려은단은 '하루 1/3 단백질 셰이크' 출시 기념으로 20일까지 미니언즈 파우치 증정 이벤트를 진행한다. 카카오톡 선물하기에서 '하루 1/3 단백질 셰이크' 5개입 제품을 구입하는 고객에게 미니언즈 캐릭터가 그려진 파우치를 1개 증정한다. 이벤트 기간 동안 카카오톡 선물하기에서 특별 할인가로 제품을 구매할 수 있다. '하루 1/3 단백질 셰이크'는 균형 잡힌 영양소를 가볍게 섭취할 수 있는 한 끼 식사대용 제품으로, 단백질 18g을 비롯해 식이섬유와 비타민 8종 등 총 13가지 영양소가 담겼다. 한 포 섭취만으로 13가지 영양소의 1일 영양 기준치 1/3을 채울 수 있다. 정용운 기자 sadzoo@donga.com

### 에듀윌

#### "오늘은 여기가 공인중개사 모의고사 시험장"

eduwil 신종 코로나바이러스 감염증(코로나19)이 온라인 세상을 더 풍요롭게 바꿔줬다. 비대면을 의미하는 언택트를 넘어 온라인을 통해 외부와 연결하는 언택트가 이제는 아주 자연스럽게 느껴질 정도다.

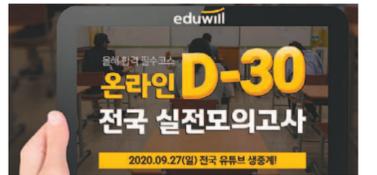
많은 기업들이 재택근무를 할 수 있는 사내 시스템을 마련하고, 줌(ZOOM)을 통한 원격 수업과 구글 미트를 통한 화상 회의 등 직접 만나거나 한곳에 모이지 않아도 온라인상에서 더 많은 것을 해결할 수 있도록 바뀌어 가고 있다.

온라인 'D-30' 실전 모의고사 실시

종합교육기업 에듀윌이 공인중개사, 공무원 합격 설명회에 이어 이번에는 실전 모의고사를 온라인으로 그대로 옮겨온다. 에듀윌은 지난해 서울 및 수도권과 부산 등 전국 30개 오프라인 시험장에서 역대급 규모로 'D-30 실전 모의고사'를 실시했다. 하지만 올해는 코로나19 확산에 따라 에듀윌 공식 유튜브 채널을 통해 이를 생중계하겠다고 나섰다. 에듀윌 공인중개사 D-30 실전 모의고사 신청자에 한해 시험지와 OMR카드를 배송해준다. 시험 당일 유튜브 채널에 입장해서 동일한

모의고사에 응시하면 된다. 응시생들은 본인이 있는 장소가 바로 실제 시험장이 된 것과 같은 경험을 할 수 있다. 온라인 고사장인 유튜브에 입장하면 준비물 확인 및 시험준비, 감독관 주의사항 안내와 시험 응시 등 실제 시험 순서와 동일하게 시험이 진행된다.

에듀윌 관계자는 "수강생들의 안전과 함께 실전 감각을 높이는 데 도움을 주고자 이번 온라인 실전 모의고사를 마련했다"며 "실제 시험장에서 느낄 수 있는 현장감을 생생하게 경



험 시켜 드리겠다"고 전했다. 에듀윌 온라인 D-30 전국 실전모의고사는 한정 수량으로 진행되기 때문에 신청을 서둘러야 한다.

### English Review

#### Fit in ~와 맞다

A Thanks for coming in today. I think you would really **fit in** well with the team. I'll get back to you soon to set up an interview with the director.  
B Sounds great. I look forward to hearing from you soon.

A 오늘 와주셔서 감사합니다. 당신은 팀과 정말 잘 맞을 것 같습니다. 이사님과의 면담을 잡기 위해 조만간 연락드리겠습니다.  
B 좋습니다. 연락 기다리겠습니다.

• Similar and related expressions  
I think you would really mesh well with the team. 당신은 팀과 정말 잘 맞을 것 같습니다.

SPEP 에스피이피 센터 02-2179-5500

### いっほいっほ 일본어

それは初耳です。 그것은 금시초문이에요

A あの二人、結婚するって。知ってた?  
B 本当ですか? それは初耳です。

A 저 두 사람 결혼한다고 알고 있었어요?  
B 정말입니까? 그것은 금시초문이에요.

단어  
結婚するって. 결혼한다  
結婚するそうです의 구어체(반말)  
知る. 알다  
知ってる. 알고 있다  
해설  
初耳는 처음 듣는 이야기, 즉 금시초문이라는 뜻의 재밌는 속어입니다. 또한 空耳(잘못 들음, 환청)이라는 표현도 있어요.

시사일본어학원 Tel. 1566-1582

### 步步高 중국어

折疊傘 접는 우산

A 说今天下雨, 你没带雨伞啊?  
B 在包里呢, 我喜欢折疊傘。

A 오늘 비 내리는데, 우산 안 가져왔어요?  
B 가방 안에 있어, 나는 접는 우산 좋아해.

단어  
带雨伞(dài yǔsǎn) 우산을 휴대하다  
折疊(zhédié) 접다. 접이식, 휴대용  
해설  
접는 우산은 折疊傘을 주로 쓰고 또 短雨伞(duǎn yǔsǎn)이라고 하기도 합니다.

시사중국어학원 Tel. 1566-9582

### 뇌가 색시해지는 하루 두뇌게임

#### 강주현의 퍼즐월드

위 정사각형 안에는 1~9까지의 숫자가 나열되어 있습니다. 이 숫자들을 사용해 가로, 세로, 대각선 방향은 물론 작은 정사각형 안에도 1~9까지의 숫자가 골고루 들어가도록 해 보세요.

#### 스도쿠문제

		5	9			8		
9	8				7			
	2	1		7		5		
		7	3		1		9	
8		4		9			5	
2		9	5		4			
	9	3		6		1		
		2			5		6	
8			2	5				

#### 스도쿠정답

4	7	5	2	6	9	8	1	3
9	6	8	1	8	2	5	7	4
2	1	8	9	7	5	6	3	4
8	5	7	1	9	6	3	2	4
9	2	6	9	7	4	1	8	5
6	9	1	8	2	7	4	3	5
1	5	6	7	8	1	9	3	2
1	2	7	9	8	2	6	1	5
7	8	9	2	6	5	1	4	3
6	7	8	1	7	9	5	2	4
9	1	5	6	2	8	7	4	3
2	7	8	9	7	6	1	9	5
7	9	2	7	6	1	5	9	8
1	8	6	2	5	9	7	4	3
5	2	7	9	8	2	6	1	4
7	6	9	5	1	4	7	8	2
5	9	4	2	9	7	1	9	6
8	2	1	9	7	6	1	5	9

#### 날말문제

1	나	3	4	5
15		16	17	18
14				19
13			21	20
12		11	10	가

01.바둑에서 빈 집이 열십자로 벌어진 다섯 집으로 된 오궁. 02.꽃의 역을 짜내어 만든 향수. 03.몸과 마음을 닦아 기르기 위한 곳. 04.중국 길림성 집안시에 있는 고구려 때의 돌

무덤. 05.무청째로 김치를 담그는 뿌리가 잔 무. 06.신문사에서 무료로 나눠 주는 신문. 07.학습·지능 발달이 더딘 아이. 08.대등한 관계에 있는 사람이 부정하며 대답할 때 쓰는 말. 09.남의 눈을 피하여 한밤중에 도망한 곳. 11.아이들이 가지고 노는 물건들. 12.골동품 등의 가치를 가려내는 일을 하는 사람. 13.병풍에 사계절의 풍경을 그린 그림. 14.사냥할 때 사냥을 지휘하는 우두머리 포수. 15.서양화에서 물감을 물에 풀어 그린 그림. 16.소용돌이 치며 흐르는 물. 17.상수도에 보낼 물을 모아 두는 곳. 18.지표에서 흘러가 지층에 있는 물. 19.기계 등의 열을 물로 식히는 방식.

WWW.경품광고퀴즈.kr WWW.매직스도쿠.kr

#### 날말정답

단어 이야기: 날말을 쓴 다음 가.나를 이어붙여 영화 제목이 됩니다.

1	하	하	하	하	하	하	하	하
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								