

■ 치과 칼럼

# 충치의 원인과 예방

## A. 원인

치아는 크게 제일 바깥쪽인 에나멜(enamel), 그 안쪽의 상아질(Dentin) 그리고 제일 안쪽의 치수(pulp) 등 세 부분으로 구성돼 있습니다.

충치는 우리 몸의 가장 단단한 부위인 에나멜이 설탕을 많이 포함하는 음식물 섭취 시 입안의 세균에 의해 부식이 시작되면서 발생합니다. 이 세균(S. Mutants 라 불리우는 충치 유발균)이 자신의 주 연료인 설탕을 섭취하고 강력한 산(Acid)을 내뿜어 에나멜이 파괴되기 시작합니다.

## B. 증상

충치가 에나멜에 국한될 때는 아무런 느낌이 없습니다. 그 이유는 에나멜 안에는 신경조직이 없기 때문입니다. 하지만 충치가 계속 진행돼 상아질까지 파괴되면 증상이 나타나기 시작합니다. 상아질부터는 신경이 존재하기 때문입니다. 이때부터는 치아가 외부 자극에 반응해 통증이 느껴집니다.

충치균이 에나멜에서 상아질로 침범하는 단계에선 찬 음식을 먹으면 이가 시린 증상이 나타납니다. 하지만 상아질 안쪽 즉, 신경조직이 들어 있는 치수로 충치가 진행되면 차고 뜨거운 음식을 먹으면 통증이 생기고 씹을 때도 불편함이 느껴집니다.

에나멜의 충치 진행 속도에 비해 상아질에서의 충치 진행 속도는 상대적으로 빠릅니다. 이를 방지하면 충치균은 치아의 제일 안쪽 부위인 치수로 침입합니다. 이때부터 심한 통증이 시작됩니다. 치수는 신경, 혈관, 세포조직으로 구성되어 있어서 외부 자극에 굉장히 예민하게 반응하는데 이를 방지하면 염증이 생겨 외부 자극이 없어도 육신육신 썩거나 음식물을 씹을 때 통증이 발생합니다.

통증의 양상은 개인마다 다를 수 있지만, 치아가 뜨겁거나 찬 음식에 민감하게 반응하거나 불편함이 있다면 충치를 의심할 수 있습니다.

## C. 치료

치료 시기는 의사의 철학이나 환자의 구강 위생 상태에 따라 결정됩니다. 필자는 충치가 발생한 치아의 위치와 진행 정도에 따라 치료 시기를 결정하는데, 치아의 씹는 부

위인 홈에 발생했다면 즉각적인 치료를 권장하고, 만약 치아들 사이(이와 이가 서로 붙어 있는 부분에 충치가 발견되고 에나멜에 국한되어 있으면 환자에게 올바른 양치질과 음식 섭취로 충치의 진행 상태를 멈추는 방법으로 치료를 권합니다. 다만 이 경우에는 반드시 정기적으로 모니터링해야 합니다. 잘못하다가는 상대적으로 큰 치아 부위를 제거해야 할 수도 있기 때문입니다.

충치 치료는 썩은 깊이에 따라 다릅니다. 충치가 에나멜이나 그 안쪽의 상아질에 국한됐다면 흔히 얘기하는 때우는 방법, 즉 Filling의 방법을 사용합니다. 이 방법은 충치가 있는 치아 표면을 제거 하고 그곳에 충전물을 채우는 것으로 재료로는 아말감, 레진 등이 사용됩니다.

이 시기가 지나 치수로 진행된 충치는 이미 충치균에 의해 감염된 신경조직을 제거하는 신경치료(root canal treatment)와 치아 전체를 감싸서 보호하는 크라운 치료가 필요합니다.

## D. 예방

어떤 치료보다 제일 쉽고 가장 이상적인 방법이 바로 '충치 예방'입니다. 충치 예방을 위해서는 올바른 양치 방법, 적절한 양치질 시간, 치실 사용, 그리고 음식 조절에 신경을 써야 합니다.

통계에 따르면 대다수 사람들의 양치 시간은 1분 이내입니다. 많은 사람들이 자신의 양치질 시간을 측정해 보고 그 동안 얼마나 짧은 시간 양치를 해왔는지 놀랍니다.

양치질 시간은 3분에서 5분이 이상적입니다. 다만 화가 난 듯 거칠게 양치질하지 말고 부드럽게 고른 부위를 닦아야 합니다. 치아 사이는 치실과 워터피크(waterpik)로 클리닝 하고 단 음식, 특히 끈적끈적한 과자류나 산기가 있는 탄산음료 등을 자제해야 합니다. 무엇보다도 중요한 건 치과에 정기적으로 내원해 체크업하고 스케일링으로 치태와 치석을 제거하는 것이 중요합니다.

**웰컴치과그룹 이주영 원장**  
(로마린다 치대 졸업)  
Korea Town: (213) 381-2827  
Irvine: (714) 838-2875  
Fullerton: (714) 552-5373



■ 법률 칼럼

# 시민권 신청 - 미국 거주 요건

트럼프 행정부는 USCIS의 새 강령을 통해 미국은 더 이상 '이민국의 국가'가 아니라고 선언했습니다. 새 강령에서는 대신 '국가의 합법적인 이민체제 관리와 미국의 가치와 국토, 국민을 지키면서 효율적이고 공정하게 이민 요건을 판정한다'로 규정해 미국 노동자와 국토 수호 등을 우선하는 트럼프 행정부의 이민 정책과 맥을 같이 했습니다.

이렇게 이민자들에게 불리한 정책과 강령들이 발표되자 최근 많은 영주권자가 시민권을 신청하는 절차를 시작하고 있습니다. 영주권자가 귀화를 통해서 시민권을 신청하기 위해서 가장 기본적인 요건은 아래에 정리된 거주 요건입니다.

- 1) 영주권을 받은 이후로 적어도 5년 이상 (시민권자의 배우자로 영주권을 취득한 경우에는 3년)은 지속적으로 미국에 거주했어야 하고
- 2) 그 중 30개월 이상 (시민권자의 배우자로 영주권을 취득한 경우에는 18개월)은 실제로 미국 내에서 있어야 하고
- 3) 영주권 신청 시 거주하고 있는 주에서 적어도 3개월 이상은 거주했어야 하며
- 4) 시민권 신청서 접수부터 시민권을 취득할 때까지 지속적으로 미국에 거주해야 합니다.

한 번 해외에 나갔을 때의 해외 체류 기간이 시민권 신청 자격 조건에 미치는 영향은 1)번 조건인 '미국에 5년 이상 (혹은 3년 이상) 지속적으로 거주해야 한다'는 조건과 관계가 있습니다.

해외 체류 기간이 6개월 미만인 경우에는 미국 거주 '지속성'에 아무런 영향에 미치지 않습니다. 해외 체류 기간이 6개월 이상 - 1년 미만인 경우에는 미국 생활을 서류로



증명(tax return, lease agreements, bank statements 등)해서 거주지 지속성을 유지합니다.

하지만 해외 체류 기간이 1년 이상인 경우에는 거주지 지속성이 단절됩니다. 그 결과, 시민권 신청을 하기 위해서는 미국에 돌아온 순간부터 다시 5년 간 지속적으로 미국에 거주해야 시민권 신청 자격이 주어지게 됩니다. 보통 1년 이상 외국 체류 시 Re-entry permit을 받아 나가는 데, 이는 영주권을 유지하기 위해 신청하는 것입니다. Re-entry permit이 시민권 신청을 위한 '지속성'을 유지하게 해주지는 못한다는 점을 잊지 말기 바랍니다.

마지막으로 4) 조건과 관련하여 시민권 신청서 접수 이후 단기간 해외 여행이나 출장을 하는 것은 시민권 신청 자격에 아무런 영향을 미치지 않습니다.

**함영심 변호사**  
Sky Law Firm, P.C.  
www.skyuslaw.com  
young@skyuslaw.com  
TEL (714) 522-1033  
6 Centerpointe Dr. #700  
La Palma, CA 90623



## Law Offices of Joseph KW Choen

"정직과 신뢰로 최선을 다해 도와드립니다."

# 천관우 변호사 그룹

## 이민법, 상법, 부동산법 전문

### 취업 영주권 상담 / DACA 연장접수

- 이민법** 영주권 (취업 1,2,3순위 이민 - NW, 국제적기업간부급, 간호사 포함, 결혼 및 가족초청이민, 종교이민) 각종 비이민비자 (H1B, R1, E2, E1, L1, F1, O, P, TN/TD비자 등), DACA, 601A Waiver, 245i 추방유예상담, J1 Waiver, 영주권 인터뷰, 재입국허가서, 영주권 재발급, 시민권 신청
- 부동산법** 상업용 부동산 분쟁해결/강제퇴거명령(이빅션)/Title에 대한 분쟁-Quiet the title/각종계약서 작성 및 검토
- 상법** 계약분쟁 소송/각종계약서 작성 및 검토

**천관우 변호사**  
서울고·연세대·법학박사  
가주 변호사 협회 정회원  
이민 변호사 협회 정회원  
josephlaw1224@gmail.com

☎ 상담문의

**LA Office** 213-232-1655  
3600 Wilshire Blvd., #1227, Los Angeles, CA 90010

**OC Office** 714-522-5220  
6281 Beach Blvd., Suite 300, Buena Park, CA 90621