

■ 치과 칼럼

치아 건강과 치매

치아의 건강과 치매의 연관성에 대해 말씀드리겠습니다.

고령사회로 접어들면서 치매에 관한 연구결과들이 많이 나오고 있습니다. 그 중에서 하나 특이한 점은 치아 건강, 특히 잇몸질환과 치매의 연관성에 대한 리서치 결과인데, Science Advances 지에 게재된 새 연구결과에 따르면, 우리 구강 안에 서식하는 세균들 중 한 종류인 Porphyromonas gingivalis, 또는 P. gingivalis가 치주염과 연관이 있다는 것입니다.

특히 치매(dementia)의 가장 흔한 형태인 알츠하이머 치매 환자의 두뇌세포에서 이 세균이 발견되는 것입니다. 치주염 (periodontiti) 은 잇몸질환의 발전된 형태로 치아를 지탱해 주는 조직들이 감염되어 심해지면 치아를 잃게 되는 잇몸병을 얘기 합니다.

이 연구는 P. gingivalis 세균이 알츠하이머 치매의 원인체인 아밀로이드 베타(amyloid beta) 단백질의 생산을 촉진시키기도 함을 쥐에 대한 임상 실험으로 밝혀내기도 했습니다. 이러한 연구결과를 토대로 이 세균의 수를 줄여 아밀로이드 단백질의 생산을 줄이는 신약을 활발히 개발하고 있는 중입니다. 이 연구결과 외에도 2017년 한 저널에도 고질적 잇몸질환과 알츠하이머의 연관성에 대해 게재 되었습니다.

말씀드리고 싶은 건 이러한 신약이 개발되어 치매의 치료에 혁신적인 도움이 되는 것은 흥분되는 일이지만 이에 앞서 우리도 집에서 쉽게 할 수 있는 것이 있다는 것입니다. 바로 매일 하는 양치, 다만 '올바른 양치' 습관입니다. 올바른 구강 관리로 치주염을 예방하면 이것으로 알츠하이머의 위험을 감소 시킬 수 있다는 것입니다. 부적절한 구강 관리는

진지바이리시(gingivitis) 라는 치주염의 전조 형태로 나타나고, 이는 우리가 쉽게 발견할 수 있는 질환입니다. 잇몸 색깔이 빨갛고, 붓고, 양치할 때 피가 나는 증상을 보입니다.

이 시기에는 다행히도 치과에서의 치석 제거 스케일링과 구강청결제의 사용 그리고 적절한 치아 및 잇몸 관리로 다시 건강한 잇몸으로 되돌릴 수 있습니다. 이렇게 하여 치주염으로의 발전을 막을 수 있습니다.

미국치과의사협회(ADA)에서 요구하는 1238이란 구강관리 수칙이 있습니다.

음식 섭취 후 1분내에 2분 동안 하루 3번 닦으면서 8번 이상 헹구어야 한다는 의미인데, 여러분도 한 번 시계를 놓고 평상시 하는 칫솔질을 해보십시오. 많이들 놀라실 겁니다. 대부분이 1분 내 특히 30초 만에 끝낸다는 리서치 결과도 있습니다.

양치질은 최소 하루 2회는 해야 하며 이때 꼼꼼하고 올바른 칫솔질을 해야 합니다. 칫솔도 부드러운 것으로 쓰고 3개월 간격으로 칫솔도 교체하고 그 전이라도 칫솔모가 휘어져 있으면 즉시 바꾸어야 합니다.

우리가 하루 생활하는 동안 식사 후 5분의 투자가 자신에 대한 어떠한 투자보다 값지고 보람되는 것이 아닐까요.

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



■ 법률 칼럼

종교이민이란?

종교이민은 종교기관(교회/종교단체)의 종교 관련 직종 취업 스폰서를 통해서 영주권을 취득하는 절차를 이니다.

종교이민의 경우는 종교단체의 청원서(I-360)와 신청인의 영주권신청서(I-485)를 동시에 접수할 수가 없습니다. 그래서 먼저 이민서비스국(USCIS)에 청원서를 제출하여야 하고 I-360가 승인된 이후에 I-485를 이민국에 제출할 수 있습니다(I-360: 최근 3-6개월 소요).

종교이민으로 영주권을 신청하기 위한 조건은 다음과 같습니다.

첫째, 종교이민 영주권 신청자는 같은 교단의 일원이어야 하고 최소한 2년 이상 그 교단을 위해 사역해 왔어야 합니다.

종교비자(R-1) 신청자는 지난 2년간 사역자이든 평신도이든 상관없이 그 교단의 일원이었으면 되지만, 종교이민 영주권을 신청하려면 그 교단의 일원일 뿐만 아니라 지난 2년간 종교직 종사자로서 사역해 왔어야 합니다.

그리고 지난 2년 동안의 사역이 유급이었으며 또 중간에 중단없이 지속적으로 수행되었음을 증명해야 합니다(R-1신분으로 사역하시면서 받으신 Pay stub을 제출하는 것으로 또는 세금보고서를 제출하는 것으로 증명할 수 있으며 급여를 얼마를 받으셨는지는 상관없습니다).

둘째, 종교이민 영주권 신청자가 종교단체에서 담당할 직위가 종교 단체에서 반드시 필요한 것이어야 합니다.

종교이민 영주권 신청 시 해당 직무에 대한 USCIS의 심사 기준은 그 일이 종교단체에서 과연 필요한 것이냐 하는 것입니다 - 대부분의 신청인이 Minister(Pastor)로 영주권을 신청하기 때문에 이 부분은 문제없이 넘어갑니다. 교회에서 목사님은 꼭 필요한 직무이기 때문입니다.

비성직자 position도 영주권을 신청할 수 있기는 합니다. 하지만 quarter가 정

해져 있고 계속 renew가 되어야 하기 때문에 많이 신청하지 않고 있습니다.

USCIS은 종교이민 영주권을 신청한 사람이 맡게 될 직무, 경력, 해당 종교 단체에서 사역비를 받는 사람의 수, 교회의 규모, 그리고 교회의 최근 변화 기록 등을 함께 자세히 검토 합니다.

셋째, 신청자는 그 직무에 적합한 사람이어야 합니다.

종교비자에서와 같이 신청자는 해당 종교적인 직무를 수행할 자격이 있어야 합니다. 신청자는 그것을 증명할 서류를 제출할 수 있어야 합니다. 신학학위 (석사 또는 학사), 그리고 안수증 등으로 이를 증명합니다.

넷째, 교단은 종교적이고, 비영리 면세 단체이며, 종교직 종사자에게 보수를 줄 능력을 보여 주어야 합니다.

R-1 신청서와 같이 종교이민 영주권 신청자는 교단, 행할 직무, 그리고 신청자의 신상자료를 USCIS에 제출해야 합니다.

마지막으로 종교이민으로 영주권을 후원하는 종교단체는 신청자에게 약속한 사역비를 지불할 능력이 있음을 반드시 보여 주어야 합니다.

보통 Form 990 Auditor's Financial Statement 등으로 이를 증명합니다. 그리고 교회의 재정 상태가 양호한 경우 참고적으로 교회의 은행 잔고 증명 등도 제출할 수 있습니다.

Law Offices of Joseph KW Choen

천관우 변호사

- LA Office: (213) 232-1655
3600 Wilshire Blvd, #1227
Los Angeles, CA 90010
- OC Office: (714) 522-5220
6281 Beach Blvd, #300
Buena Park, CA 90621



매주 첫째주 월요일 라디오 코리아 이민상담 진행

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