



치아 과민성이란 무엇일까요?

치아 과민성이란 음식을 먹거나 또는 뜨겁거나 차가운 음식이나 음료를 마실 때 느끼게 되는 통증을 말합니다. 또한 차가운 공기를 들이마실 때도 느끼게 됩니다.

과민성은 잇몸이 치아로부터 떨어져 나가거나 또는 잇몸 조직이 손실되었을 때 발생할 수 있습니다. 잇몸 손실은 너무 세게 이를 닦거나 또는 양치질을 하지 않고 정기적으로 치실을 사용하지 않는 결과로 일어날 수 있습니다.

잇몸 손실이 생기면, 잇몸선 아래에 있는 치아의 일부분이 노출됩니다. 이것을 **치아 뿌리**라고 부릅니다. 거기에는 치아 뿌리로부터 치아의 신경 센터로 이어지는 체액을 포함한 미세한 세관이 있습니다. 이 신경 센터는 **치수**라고 불립니다. 뜨겁거나 차가운 것이 이러한 세관을 건드리게 되면, 치아의 액체가 신경을 흥분시키게 되어서, 치아에 통증을 느끼게 만드는 요인이 됩니다.

과민성은 **법랑질**이라고 불리우는, 치아의 단단한 껍질층이 닳게 되면 또한 발생할 수 있습니다.

치아 과민성은 간헐적으로 옵니다. 그러나 다른 구강 문제가 발생하면 그냥 지나치게 됩니다.

이러한 사실이 치아 과민성이 일어나게 합니다:

- **치아를 너무 세게 닦거나 또는 솔이 거센 치솔을 사용하는 경우**

이것이 잇몸 손실의 요인이 됩니다

- **당질 및 산성 식품 및 음료수**

콜라/소다, 과일 주스, 및 당질의 스낵 제품이 충치를 만듭니다, 이것이 과민성의 요인이 될 수 있습니다.

- **치아 갈기**

이것이 치아 표면을 닳게 합니다.

- **구강 청소 및 치료**

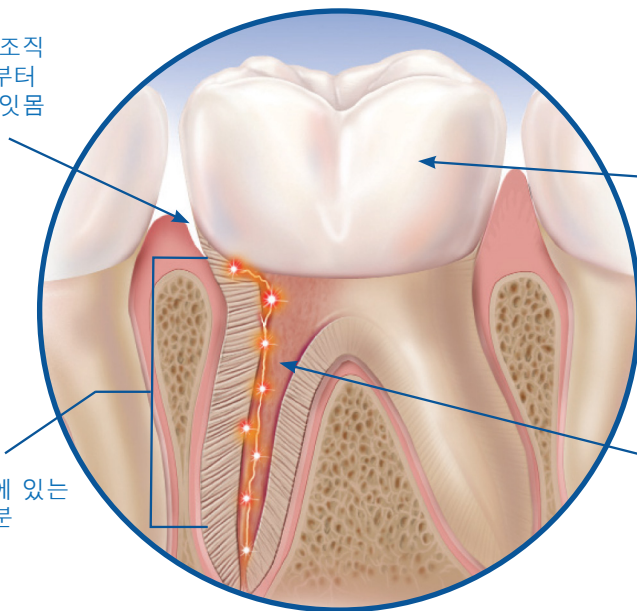
과민성은 구강 청소 또는 치아 미백과 같은 치료 후에 나타날 수도 있습니다. 대개는 치료 후 끝난 후 조금 지나면 없어집니다. 그러나 만일 이것과 관련해서 신경이 쓰이시면, 치과 팀에게 말씀하십시오.

잇몸 상실

손실된 잇몸 조직 또는 치아로부터 떨어져 나간 잇몸 조직

치아 뿌리

잇몸선 아래에 있는 치아의 일부분



법랑질

치아의 단단한 껍질층

치수

치아의 신경 센터

과민성 방지를 돕는 몇 가지 방법이 있습니다:

- 잇몸 상실을 방지하기 위해서 하루에 두 차례 칫솔질을 하고 치실을 사용합니다.

치아와 잇몸선 사이를 포함하여, 구강내의 모든 부분을 세척합니다.



- 부드럽게 닦고 부드러운 치실을 사용합니다

이것이 잇몸 상실을 방지하는 데 도움을 줄 것이며 상아질이 많아 없어지지 않도록 보호하여 줍니다.

- 산성 식품 및 음료수를 피합니다.

만일 아직도 과민성이 느껴지시면, 치과 팀에게 말씀하십시오. 다른 제안을 해 드릴 수 있습니다.

치아 과민성에 관한 간략한 사실

- 치아 과민성이란 음식을 먹거나 또는 뜨겁거나 차가운 음식이나 음료수를 마실때 느끼게 되는 통증을 말합니다.
- 과민성은 잇몸이 치아로부터 떨어져 나가거나 또는 잇몸 조직이 손실되었을 때 발생할 수 있습니다. 이것이 잇몸선 아래에 있는 치아 뿌리를 노출시켜서, 과민성의 결과를 가져옵니다.

- 잇몸 및 치아를 아프게 하지 않기 위해서 부드러운 치실을 사용하십시오.

- 또한 과민성 치아를 위한 특별한 치약에 관해서 치과 팀에게 알아 보실 수 있습니다.



과민성 방지를 위한 좀 더 많은 도움말을 원하시면, 치과 팀과 말씀하시거나 oralb.com을 방문하십시오.