

OSSTEM<sup>®</sup>  
IMPLANT

"부끄가  
다크라도  
다크저썬!"



# 즐거운 치과생활

2025  
FALL • WINTER

ISSN 2465-7638  
Vol. 181  
Enjoyable Dental Magazine

100 YEARS



**DENTAL COMMON SENSE**  
국가 구강검진제도에 대해 알아봅시다!  
과잉치와 결손치

**DENTAL LIFE**  
일본에서 만난 방문치과 진료

**HEALTH**  
당신이 몰랐던 섭식장애 이야기  
위식도역류질환

**FUN & JOY**  
로아커 100주년의 여정  
추억의 수학여행지 경주

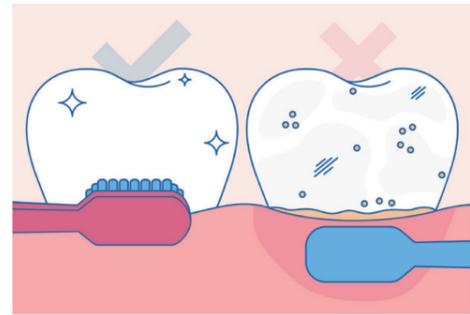


서울특별시치과의사회  
Seoul Dental Association  
www.sda.or.kr

## 구강건강은 전신건강에 영향을 미칩니다.

치주 질환(잇몸병)으로 인한 염증물질과 세균은 잇몸 내부를 통해 혈관으로 전달되고 전신으로 퍼져 나간다. 치주 질환은 잇몸이 붓고 피가 나며 잇몸뼈가 녹아 없어지는 것뿐만 아니라 당뇨병, 심장병, 뇌졸중, 치매, 고혈압 등 전신 건강에 영향을 미친다.

치주 질환은 매일매일 스스로의 관리가 치료의 핵심이며 구강 위생과 건강을 지키기 위해서는 올바른 도구를 선택해 올바른 방법으로 사용하는 것이 중요하다.



### 큐라프록스 CS5460 칫솔

치아면의 세균막을 효율적으로 조절하기 위해서는 치아면과 잇몸에 칫솔모가 부드럽게 밀착해야 합니다. 즉, 칫솔모의 수가 많을수록 세정력이 우수합니다. 시중의 칫솔은 대개 1,000가닥의 칫솔모를 가지지만 큐라프록스 CS 5460 칫솔은 부드러운 0.1mm의 극세모가 5,460가닥 식립되어 있습니다. 현미경적인 구조인 세균막을 조절하는 것은 정교한 움직임에서 시작됩니다. 연필 잡듯이 가볍게 잡고 칫솔모의 탄력성을 이용해 보세요. 칫솔질은 치아를 문지르는 게 아니라 하나씩 정성스럽게 닦는 것입니다. (최신구강위생관리법 'SOOD밥'에서 인용)



### 큐라프록스 CPS 치간칫솔

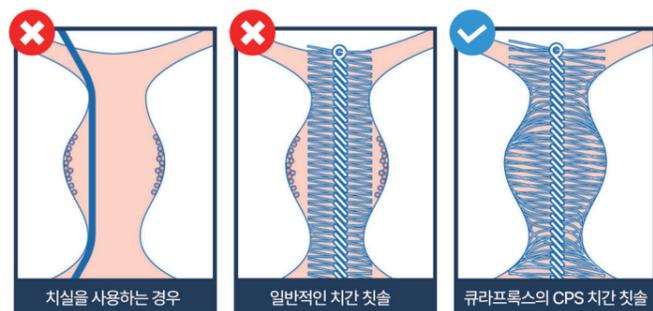
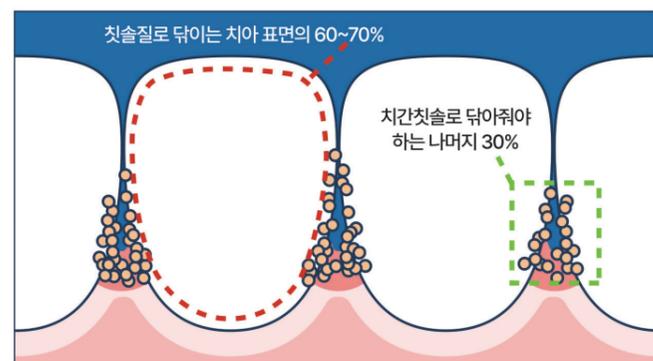
치과 질환의 대부분은 치아와 치아가 맞닿은 부분에서 발생합니다. 이 부분은 칫솔만으로는 관리하기 어렵기 때문에 반드시 치간칫솔을 사용해 닦아줘야 하며, 치아 사이마다 각기 다른 크기의 치간칫솔을 사용하는 것이 핵심 포인트입니다. 가급적 전문가의 처방과 지도를 받는 것을 권하며, 정확한 크기를 사용하는 경우 하루 한 번 사용하며, 넣었다 빼는 한 번의 움직임으로도 세정력은 충분합니다.



### 큐라프록스 엔자이칼 1450 치약

치약을 사용하는 가장 큰 목적은 불소에 의한 충치 예방으로, 적극적인 충치 예방 효과를 위해서는 1,450ppm의 불소 함유량이 권장됩니다. 엔자이칼 1450은 국내 최초 허가, 등록된 고불소 치약입니다.

합성계면활성제(SLS), 강한 향 등이 전혀 포함되지 않았으며 인체 타액(침)의 효소 성분이 포함된 생체친화적인 치약입니다.



## 효과적인 전동칫솔의 선택 기준과 사용방법

### 전동칫솔의 선택 기준 - 하이드로소닉 음파 방식

단순한 칫솔모의 기계적 움직임만이 아닌 칫솔모의 진동으로 입안에서 강한 수류를 만들어 칫솔모가 닿지 않는 부위까지 세정 가능한 음파 방식, 하이드로소닉을 선택하는 것이 좋다.

진동수는 분당 60,000번 이상이어야 수류에 의한 추가 세정효과를 기대할 수 있다.

빠르고 정밀한 칫솔모의 움직임이 강력한 음파 진동을 만들어내고, 이 진동은 치약과 타액이 혼합된 액체를 빠르게 움직이며 미세 기포와 수류를 형성해 치아 사이, 잇몸 경계부, 브라켓 및 임플란트 주변까지 세정 효과를 전달합니다.



### 하이드로소닉 음파전동칫솔

하이드로소닉은 분당 최대 84,000번의 진동으로, 기계적인 세정 효과와 더불어 유체역학 원리를 활용한 음파 세정을 구현합니다.

큐라프록스 하이드로소닉 음파전동칫솔은 단순한 회전 중심의 기계식 전동칫솔보다 더 섬세하고 부드러운 사용감을 제공하며, 세심한 관리가 필요한 분들에게 특히 권장 드립니다.

### 작은 칫솔헤드, 부드럽고 풍성한 칫솔모

칫솔은 머리 부분이 작고, 칫솔모는 부드러워야 하며 칫솔모의 숫자는 최대한 많아야 합니다.

큐라프록스는 효율적인 칫솔질을 위해 물방울 모양의 작은 헤드와 특허받은 CUREN® 필라멘트를 적용했습니다.

CUREN® 필라멘트는 나일론보다 훨씬 부드럽고 고유의 탄성을 유지해 분당 84,000번의 빠른 진동에도 잇몸이나 치아에 자극을 주지 않습니다. 또한 하이드로소닉만의 10도 또는 15도의 인체공학적 각도 설계로 헤드가 닿기 어려운 부분까지 손쉽게 도달할 수 있게 도와주며, 이는 세정력의 차이를 만듭니다.



최대 84,000번의 움직임, 하이드로소닉 유체역학, 작은 헤드에 부드러운 큐렌 칫솔모

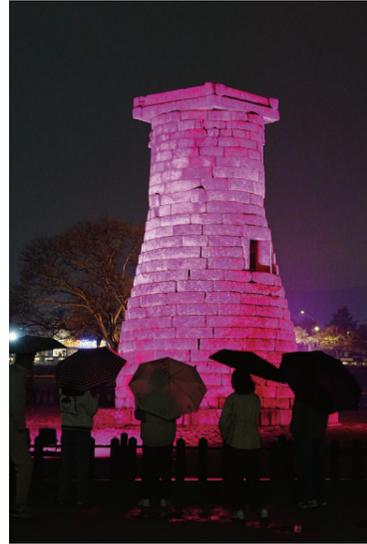
## HYDROSONIC PRO (하이드로소닉 프로)



1954년 설립된 Curaden AG는 구강건강을 위해 연구와 교육 그리고 제품개발에 집중해온 덴탈 케어의 선도 기업으로 Curaden Korea는 Curaden AG의 한국지사입니다. CURAPROX는 Curaden의 구강위생용품 브랜드이며 치과 의사와 함께 연구, 개발되며 스위스 본사에서 직접 생산합니다.

\*큐라프록스 공식몰 방문하기





DENTAL LIFE

04 작은 손길이 전하는 큰 위로, 송재혁 원장의 하루

한국 치과계의 선구자 함석태

08 한국 치과 100년, 그 최초의 치과 의사 함석태 선생을 찾아서

12 일제강점기, 고미술품 수장가 치과 의사 함석태(1889-?)

DENTAL LIFE

18 일본에서 만난 방문치과 진료

DENTAL COMMON SENSE

20 국가 구강검진제도에 대해 알아보시다!

22 과잉치와 결손치

HEALTH

26 당신이 몰랐던 섭식장애 이야기

30 위식도역류질환

FUN & JOY

34 제철음식은 맛있다, 그리고 건강하다

38 로아커 100주년의 여정

44 17세기 유럽 치과 의사, 안 스테인의 '이름 뽑는 사람'

48 추억의 수학여행지 경주



구강보건의 날

56 서울시치과 의사사회, 서울시민과 함께한 '축제 한마당'

60 제80회 구강보건의 날 기념 건치아동 선발대회

62 서울시치과 의사사회 대학생 홍보단 서울덴탈프렌즈

64 치아그리기 수상작

68 네컷 이미지 수상작

70 서울특별시치과 의사사회 100년의 발자취



“바람결에 스미는 가을빛처럼, 삶에 스며드는 따뜻한 이야기 되길”

높고 청명한 하늘과 오곡이 무르익는 들녘이 아름다운 빛깔로 물드는 가을입니다. 자연이 한 해의 결실을 품듯, 값진 성과와 교훈을 거두는 시기이기도 합니다. 이렇듯 아름다운 계절에 즐거운 치과생활 가을 · 겨울호를 독자 여러분께 전할 수 있어 기쁘고 감사한 마음입니다.

서울시치과 의사사회가 발행하는 즐거운 치과생활은 치과에 대한 올바른 정보를 비롯한 다양한 사회 · 문화 이야기를 정성스레 담아 전달하고 있습니다. 어느덧 통권 181호를 맞이한 즐거운 치과생활은 환자 와 치과계가 함께 공감하고 소통하는 매체로 자리매김했다고 자부합니다.

이번 가을 · 겨울호에서는 서울시치과 의사사회 창립 100주년을 기념해 치과계가 쌓아 올린 전문성과 헌신, 그리고 환자와 사회를 향한 책임의 역사를 조명하고자 했습니다.

특히, 대한민국 최초의 치과 의사 함석태 선생의 이야기를 통해 일제강점기라는 어려운 시절에도 학문 과 인술을 지키며 한국 문화유산 보존에 힘쓴 그의 발자취를 소개하고, 오늘날 우리가 지켜야 할 가치 와 사명을 되새겨보려 합니다.

구강보건과 관련해서는 국가 구강검진 제도의 취지와 활용법, 과잉치와 결손치의 원인과 치료 접근법 을 알기 쉽게 정리했습니다. 또한 섭식장애, 위식도역류질환처럼 전신건강이 맞물린 주제를 통해 건강 관리에 대한 시야를 넓히고자 했습니다.

지역사회와 함께 호흡한 서울시치과 의사사회의 발걸음도 소개합니다. 올해 제80회를 맞은 구강보건의 날은 건강한 사회를 만드는 첫걸음이 구강건강에서 비롯된다는 사실 을 다시금 일깨워 준 자리였습니다. 80회 기념행사와 더불어 건치아동 선발대회, 대학생 홍보단 활동, 치아그리기 · 네컷이미지 수상작 등 현장 소식을 생생하게 전하고자 합니다.

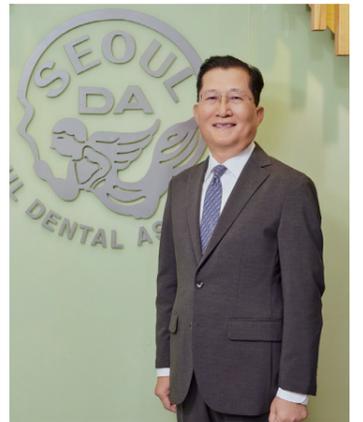
문화 · 여행 코너에서는 계절별 제철 음식, 로아커 100주년의 여정, 경주의 역사와 멋을 소개하는 여행 기, 안스테인의 작품 이야기 등 생활과 문화 전반에서 느낄 수 있는 즐거움과 영감을 함께 전달합니다.

풍요로움이 가득한 가을의 정취처럼, 이번 가을 · 겨울호가 독자 여러분 일상에 건강과 행복, 그리고 새로운 영감이 깃드는 계기가 되길 바랍니다.

지난 100년의 역사를 가능케 한 모든 분들의 땀과 헌신에 경의를 표하며, 앞으로도 즐거운 치과생활 이 유익한 정보와 따뜻한 이야기를 전하는 소중한 친구가 될 수 있도록 최선을 다하겠습니다.

끝으로, 즐거운 치과생활 가을 · 겨울호 제작에 힘써주신 박지혜 편집인과 편집위원분들의 노고에 진 심으로 감사의 말씀을 드립니다.

2025년 9월



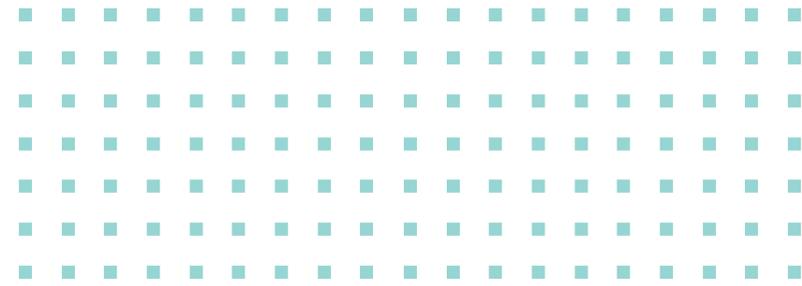
강현구  
즐거운 치과생활 발행인  
서울특별시치과 의사사회 회장



발행처 서울특별시치과 의사사회 서울시 성동구 광나루로 257 Tel.02-498-9142~6 Fax.02-498-9147 www.sda.or.kr / news@sda.or.kr  
발행인 강현구 편집인 박지혜 편집위원 엄찬용, 안병덕, 박인영, 김아현, 김형일, 황지영 편집부 최학주, 김영희, 신중학, 전영선, 이가영, 양주희  
광고 황인성, 김민기 Tel. 02)498-9142 제작 리즈디자인 사진 라운드테이블 인쇄 (주)비비컴  
즐거운 치과생활에 게재된 글과 사진은 무단복제를 금합니다. 즐거운 치과생활, QR 코드를 스캔하면 온라인으로도 만나 볼 수 있습니다.

# 작은 손길이 전하는 큰 위로,

## 송재혁 원장의 하루



글\_ 양주희 기자  
사진\_ 라운드테이블



## 마음이 움직인 순간, 스승의 발자취를 따라

“저의 봉사활동보다 은사님의 뜻이 더 널리 알려졌으면 하는 바람입니다”

장애인 진료에 헌신하고 있는 송재혁 원장은 현재 뇌성마비 장애인을 위한 복지관에서 정기적으로 봉사활동을 이어가고 있다. 그의 봉사의 시작에는 특별한 인연이 있었다. 바로 우리나라에 장애인치과학을 처음 도입하고, 은퇴 이후에도 장애인을 위해 헌신한 이금호 교수의 영향이다. 인터뷰를 마치고 돌아온 기자에게 도착한 문자 메시지에 송재혁 원장의 스승인 이금호 교수에 대한 기사링크가 첨부되어 있었다.

송 원장은 공중보건의 복무를 마친 후 수련 과정에 대해 고민하던 시절, 선배의 조언을 따라 수련의 길을 택했고, 아이들을 좋아하는 자신의 성향을 살려 소아치과를 전공하게 되었다. 그 과정에서 그는 이금호 교수를 만나 장애인 치과진료라는 새로운 세계를 접하게 되었고, 교수의 따뜻한 진료 철학은 그를 자연스럽게 봉사의 길로 이끌었다.



송재혁 원장 - 우리가족치과

## 소아치과처럼 장애인 진료도 ‘안심’이 먼저

“주사라는 말은 사용하지 않아요. 석션도 청소기라고 표현하죠”

뇌성마비 장애인 치료에서 송 원장이 가장 중요하게 생각하는 점은 ‘안전’과 ‘안심’이다. 몸을 제대로 가누기 어려운 환자들이 많기 때문에 치료 중 예상치 못한 움직임으로 인한 사고가 발생할 수 있어 늘 조심스럽다.

무엇보다 환자들이 불안해하지 않도록 사전 설명과 단어 선택에 세심한 주의를 기울인다. 예를 들어 주사라는 표현 대신 ‘꼬집는 느낌’이라고 말하거나, 석션 기구는 ‘청소기’, 바람은 직접 피부에 불어보이며 설명한다. 이는 어린이를 치료할 때와 유사한 접근법으로, 환자에게 치료 과정을 상상하게 하고 편안함을 줄 수 있는 효과적인 방법이다.

feel  
at  
ease ...



## ‘할 수 있음’보다 ‘할 수 없음’이 더 많은 현실 앞에서

“자리를 지키는 것이 약속을 지키는 것이라 생각합니다”

기자가 인터뷰를 진행한 날은 유난히 비가 거세게 내리는 날이었다. 뇌성마비 장애인들에게 비 오는 날의 외출은 더욱 큰 용기를 필요로 한다. 이동이 쉽지 않은 그들에게 복지관까지의 길은 말 그대로 ‘장애’를 넘는 여정이다. 하지만 그날, 예약된 환자들은 하나둘씩 빗속을 뚫고 진료실을 찾아왔다. 그리고 그들을 맞이하기 위해 송재혁 원장 또한 비를 뚫고 묵묵히 진료실로 들어섰다.

이처럼 봉사의 자리는 일방적인 헌신이 아니라, 서로에 대한 믿음과 약속으로 지켜진다. 몸이 불편한 환자들이 보내는 ‘고맙습니다’라는 말 한마디, 그리고 그 인사를 당연하지 않게 여기는 의사의 따뜻한 시선. 그 조용한 약속들이 모여, 오늘도 진료실 안엔 조심스레 피어나는 신뢰와 감동이 가득했다.

하지만 이런 노력에도 불구하고 장애인 진료를 위한 복지관의 시스템은 여전히 여러 제약을 안고 있다. 특히 발치, 엑스레이, 신경치료와 같은 고난도 진료는 복지관 내에서 수행하기 어려운 상황이다. 이는 법적 인 기구 사용 제한이나 처방전 발행 등의 구조적 문제가 얽혀 있기 때문이다. 송재혁 원장은 이러한 현실적인 한계에 안타까움을 느끼며, “이제는 국가와 사회가 장애인 진료 시스템을 개선하기 위해 더 적극적인 관심과 노력을 기울여야 할 때”라고 강조한다. 그에 따르면 단순한 봉사의 영역을 넘어, 체계적인 제도 개선이 동반되어야만 진정한 의료 형평성이 이루어질 수 있다.

## 작은 인사가 남긴 큰 울림, 그리고 계속되는 걸음

“고맙다는 말 한마디가 오늘까지 이 자리를 지키는 힘이 된 것 같아요”

수년째 봉사를 이어오고 있는 송 원장에게 가장 큰 힘은 다름 아닌 환자들의 ‘고맙습니다’라는 한마디다. 짧지만 진심 어린 그 말은 바쁜 진료 속에서도 그가 이 일을 계속 해나갈 수 있는 원동력이 된다. 이제 봉사는 특별한 일이 아니라 ‘일상’이고 ‘습관’이 되었다.

그는 후배 의료인들에게도 봉사의 경험을 권하며 이렇게 말한다. “한 번 시작이 어려울 뿐이지, 막상 해보면 누구나 할 수 있습니다.” 송 원장의 말처럼, 누군가의 일상이 누군가에게는 큰 위로가 될 수 있기에 그의 봉사는 오늘도 조용히 이어지고 있다. **김민정**



서울시립뇌성마비복지관 송년회에서 보건복지부장관 표창을 수상하고 있다. 2023. 12. 13

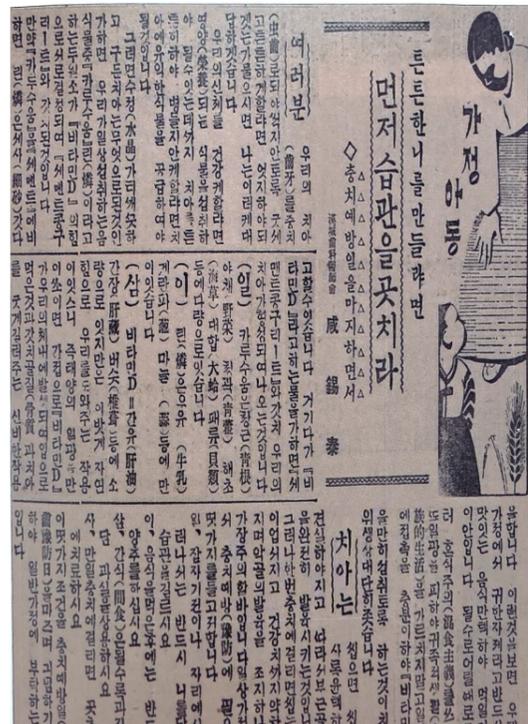
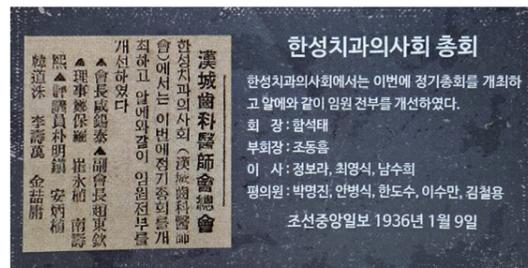
# 한국 치과 100년, 그 최초의 치과의사 함석태 선생을 찾아서



글·사진 \_ 손병진 원장  
SNU치과  
대한치과의사학회 학술이사

‘함석태’ 선생은 많은 치과의사들에게 잘 알려지지 않은 분입니다. 필자도 치과 역사를 공부하기 전까지 이분에 대해 잘 몰랐으며, 송정동 치과 의사회관을 방문할 때 로비에 있는 흉상으로만 기억했습니다. 이 기고문을 통해 독자들이 함석태 선생의 업적을 이해하고, 대한민국 치과 역사와 치의학에 자부심을 가지기를 바랍니다.

함석태 선생은 한국인 최초의 치과의사, 한국인 최초의 치과 개원의, 대한민국 최초의 치과의사 단체 초대회장 등 여러 ‘최초’라는 기록을 가지고 있습니다. 그의 선구적인 행동이 현재의 우리를 있게 했습니다. 함석태 선생은 1889년 평안북도 평양 근처 영변에서 부유한 가정의 독자로 태어나셨습니다. 그는 일본치과의학전문학교(현 Nippon University, 일본치과대학)를 1912년에 졸업한 두 번째 졸업생이었습니다. 당시 일본에서 면허를 취득하였으며, 국내에서는 치과의사 제도가 마련되기 이전의 시기였습니다. 1913년에 의료 관련 각종 규칙들이 공포되었고, 조선총독부의 허가를 받아 면허를 취득하게 되어 있었습니다. 함석태 선생은 1914년 2월에 제도가 마련되자마자 치과의사 면허 제1호로 등록하였고, 그해 6월 19일 서울 삼각정 1번지(현 청계천 한빛광장 부근)에 3층 목조 건물을 신축하여 개원하였습니다. 당시 본인 토지에 직접 건물을 지어 개원한 것은 상당한 자금이 필요했으며 성공에 대한 확신이 있어야 가능했던 일입니다. 함석태 선생의 결단력과 비전을 높이 평가할 수 있습니다.



함석태 선생은 개원 이후 구강위생 계몽 활동에 헌신하셨습니다. 구강 위생에 관한 강의와 신문 기고 등을 통해 일반 대중에게 치과를 소개하고 구강건강의 중요성을 전파하는 데 노력하셨습니다. 1925년 경성치과 의학교에서 첫 졸업생이 배출되자 함석태 선생을 포함한 한국인 치과의사 7명(함석태, 안중서, 김용진, 최영식, 박준영, 조동흠, 김연권)은 일본인이 주축인 조선치과의사회와는 별도로 한국인으로서만 구성된 한성치과의사회를 조직했습니다. 이 단체는 현재 서울시치과의사회의 전신입니다.

함석태 선생은 독립운동가로서 여러 사람을 돌보았습니다. 함석태 선생 손자의 증언에 따르면, 1919년 9월 2일 서울역에서 사이토 미노로 조선총독을 저격한 강우규 의사의 어린 손녀 강영재를 맡아 친딸처럼 키웠다고 합니다. 그는 독립운동가 도산 안창호 선생의 치아를 치료하고 틀니를 만들어 주었으며, 체포되어 투옥됐던 안창호 선생의 파절된 틀니를 수리해 주었다고 합니다. 또한 손종 임금, 손종비, 조만식 등을 치료했다고 알려져 있습니다.

함석태 선생은 독립운동가 오세창(1864-1953)의 권유를 받아 문화재 수집에 관심을 가지게 되었으며, 특히 도자기에 대한 애호가 깊어 자신의 호를 ‘토선(土禪)’이라 하였습니다. 함 선생은 근현대 미술 애호가 및 수집가 14인에 포함되었고, 일제강점기 전람회에서도 그의 소장품들은 간송 전형필의 수집품과 견줄 만큼 국보급이 많았습니다. 겸재 정선의 금당전경액과 호계삼소, 현재 심사정의 매도와 묵연, 단원 김홍도의 화조대륙, 추사 김정희의 행서칠원대련 등 함 선생이 보유했던 소장품의 수는 헤아리기 어려울 정도입니다.

함석태 선생은 광복 직전 일제의 소개령(연합국의 조선 폭격을 줄이기 위해 경성 시민들을 분산시키는 명령)으로 소장품과 문화재를 가지고 고향 평양 영변으로 이동했습니다. 광복 후에는 북한 공산정권에서 탈출하기 위해 황해도에서 배편으로 서울에 가려고 했으나, 이후의 행적은 알려지지 않았습니다. 인민군 측에 발각된 것으로 추정됩니다.



심사정 묵연(평양 조선 미술관 소장)  
심사정 매조도(평양 조선 미술관 소장)

2025년 올해는 대한치과의사협회, 서울시치과의사회 100주년이 된 뜻 깊은 해이기에, 대한치과의사학회(大韓齒科醫史學會)에서는 조선인 최초의 치과의사였던 함석태 선생의 발자취를 찾아보고자 2025년 4월 4일 일본 동경행 비행기에 탑승하였습니다. 필자가 학술이사로 활동하고 있는 치과 역사를 공부하고 다루는 대한치과의사학회에서 뜻깊은 100주년을 맞이하여 권훈 회장, 변운래 부회장 및 김성영, 김동형, 박대규, 장항길, 조서진 이사와 함께 2025년 4월 4일(공교롭게도 필자가 비행기를 타고 현해탄을 건너는 그 시각에 한국에서는 헌법재판소의 윤석열 대통령의 탄핵선고를 하는 바로 그 순간이었습니다!) 일본치과대학에 방문하였습니다. 일본치과대학의 행정처장과 직원이 마중나와 반갑게 맞이해 주셨고, 일본치과대학은 동경의 사립 치과대학 서열 2위의 명문 대학이라고 소개해 주셨습니다. 평일 오후여서 치과대학 로비 및 도서관에는 치과대학생들이 많이 보였습니다.

학교 관계자의 안내에 따라 지하 수장고로 이동하여 100여 년 전의 오래된 책들을 접할 수 있었습니다. 치과대학생들의 강의실 모습과 실습 장면들이 기록된 사진을 보니, 최신 시설의 실습 장비들이 매우 인상적이었습니다. 그 시절 함석태 선생께서 경험한 치과대학생 시절을 상상해 보며 먼 타국에서 온 유학생의 향수를 느낄 수 있었습니다.



일본치과대학 앞 기념촬영



일본치과대학 1층 로비 및 도서관 입구

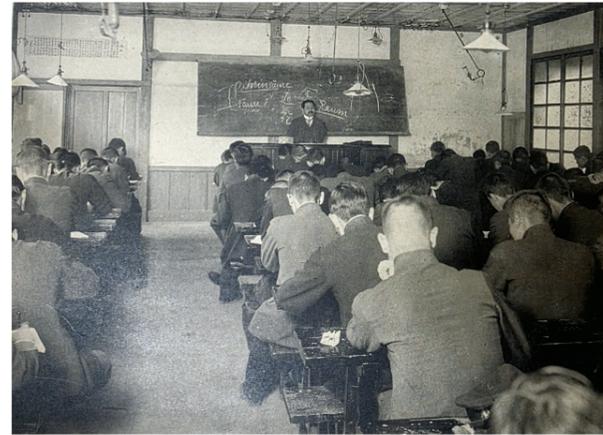


도서관 내부



역대 일본치과대학 졸업생 명부  
(일본치과대학 도서관 수장고, 필자 직접촬영)

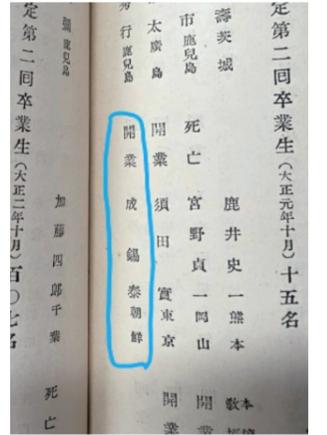
100여년 전 치과대학 실습장면  
(일본치과대학 도서관 수장고, 필자 직접촬영)



100여 년 전 치과대학 강의실 모습  
(일본치과대학 도서관 수장고, 필자 직접촬영)



관계자의 설명을 듣고 있는 우리 일행들



일본치과대학 2회 졸업생 명부  
(개입, 함석태, 조선, 수장고 필자 직접 촬영)



후지산 기념촬영

함석태 선생의 흔적은 수장고의 졸업생 동문명부에서 확인할 수 있었습니다. '개입 함석태 조선'이라는 기록을 보며 역사의 기록이 얼마나 중요한지 깨달았습니다. 일본치과대학 측이 지하 수장고를 열어 100년 넘은 자료들을 볼 수 있게 해 주셔서 감사드립니다.

한국에서 새벽부터 집에서 출발하여 짐이 일정을 소화한 후, 신주쿠에서 저녁식사를 하며 학회 구성원과 여행 경험을 공유했습니다. 다음 날 일행은 후지산 투어를 했고, 마지막 날에는 신주쿠 공원에서 왕벚꽃을 보며 봄을 감상했습니다. 바람에 날리는 신주쿠 공원의 벚꽃풍경은 그야말로 압도적이었습니다. 벚꽃의 수령이 대략 130년정도 된 오래된 나무들인지라 그 크기도 사람 둘이 아름드리해도 모자랄 정도로 굵었습니다.

**글을 맺으며...**

함석태 선생은 일제강점기에 치과의사로 활동한 인물입니다. 그는 나라와 동포를 사랑했으며, 문화재를 보호하는 역할을 했습니다. 그의 치과의사로서의 삶은 동포들의 구강보건에 힘쓴 것이었습니다. 함석태 선생 및 같은 시대의 치과계 선구자들의 노력이 현재 대한민국 치과의사의 위상에 기여했습니다. 그의 치과의사로서의 자긍심과 자부심이 후대 치과의사에게도 이어졌으면 하는 바람입니다. 🇰🇷



신주쿠 공원

# 일제강점기, 고미술품 수장가 치과의사 함석태(1889-?)



1. 매일신보 1928년 3월 16일 사진  
함석태 선생과 그 부인 이일녀, 함 선생의 장녀 함문희



글·사진 | 권훈 원장  
미래아동치과  
대한치과의사협회 회장  
대한치과의사협회사 편찬위원  
서울시치과의사회 100년사 편찬위원

1936년 경성신문사에서 발행한 '대경성공직자명감'에서 함석태에 관한 기본적인 자료를 얻을 수 있다. 22년간의 치과 개원 생활을 한 함석태의 취미는 서화, 분재, 여행, 하이쿠(俳句), 골동, 꽃꽂이(活花), 특히 전다(煎茶·녹차)를 좋아했다고 적혀있다. 함석태는 일제강점기 주요 수장가의 한 사람으로 손꼽힐 만큼 우수한 대한민국 고미술품을 많이 소장했던 인물이다.

함석태는 조선시대 화가 14명의 작품 32점을 일제강점기 개최되었던 전람회에 일곱 차례 출품하였다. 필자는 당시 신문과 도록을 통해서 함석태가 소장한 고서화를 직접 기록으로 확인하였다. 함석태가 소장한 고미술품중에는 그 당시 일본인이 탐낼만한 것들이 다수 포함되어 있다. 예를 들면 정선의 금강전경액과 김명국의 선인도를 들 수 있다. 이러한 관점에서 보면 함석태의 고미술품 수집 취미는 고서화들이 일본으로 반출되는 것을 막아 국내에 보존되는 데 공헌한 측면이 있다. 안타깝게 함석태의 소장품은 한국에 없고, 북한 조선미술관에 일부가 소장된 것으로 파악된다.

함석태가 고미술품을 수장하게 된 동기는 1928년 3월 16일 매일신보와의 인터뷰에 상세하게 설명하고 있다<sup>1</sup>. 그는 동경에서 유학 시절 집주인 노인이 고물에 많은 흥미를 가져 제가 고향에 다녀올 때마다 고물을 얻어오라는 부탁을 따르면서 자신도 골동에 관심을 갖게 되었다고 하였다. 특히 조선의 귀중한 물건이 자꾸 남의 손으로 넘어가는 것이 애석하여 1910년경부터(1912년 일본치전 졸업) 힘껏 모으기 시작하였다고 하였다. 그는 10여년 동안에 조선의 미술 공예품만 300여종을 수집하였고 질그릇, 목공, 철공, 죽장 등 여러 유형의 물건도 포함되어 있다고 하였다.

## 함석태 서화 소장품(전람회 분류)

<p>조선고서화진장품 전람회(동아일보 1930년 10월 10일) 1930년 10월 17일 ~ 22일, 동아일보사 3층 홀</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 최북 : 금강총면(金剛總面)</li> <li>2. 추사 : 예서십폭병(隸書十幅屏)</li> <li>3. 석파 대원군 : 란(蘭)</li> <li>4. 단원 : 동물(動物)</li> </ol>
<p>조선고서화진장품 전람회(동아일보 1932년 10월 1일) 1932년 10월 1일 ~ 5일, 동아일보사 3층 홀</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 단원 김홍도 : 구룡폭(九龍瀑)</li> <li>2. 소치 허련 : 산거도(山居圖)</li> <li>3. 북산 김수철 : 선면매죽(扇面梅竹), 선면·부채의 거죽</li> </ol>
<p>조선중국명작고서화 전람회(동아일보 1934년 6월 22일) 1934년 6월 22일 ~ 30일, 동아일보사 3층 홀</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 연담 김명국 : 선인도(仙人圖)</li> <li>2. 수운 유덕장 : 묵죽(墨竹)</li> <li>3. 겸재 정선 : 금강전경액(金剛全景額), 호계삼소(虎溪三笑)</li> <li>4. 현재 심사정 : 매도(梅圖), 묵연(墨蓮)</li> <li>5. 단원 김홍도 : 화조대폭(花鳥對幅), 구룡폭(九龍瀑), 노예흔기(老猓掀鬘)</li> <li>6. 이재 권돈인 : 묵란(墨蘭), 원당제발(阮堂提跋)</li> <li>7. 원당 김정희 : 행서철언대련, 적고당예액, 부용추수비인거액, 묵란</li> <li>8. 호생관 최북 : 금강전경선면(金剛全景扇面)</li> <li>9. 북산 김수철 : 화훼대폭(花卉對幅)</li> <li>10. 대원군 : 묵난대폭(墨蘭對幅)</li> </ol>
<p>조선명보 전람회 1938년 11월 8일 ~ 12일, 경성부민관 주최 : 오룡빈 조선 미술관 후원 : 매일신보</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 최북 : 금강총면(金剛總面)</li> <li>2. 윤제홍 : 산수쌍폭(山水雙幅)</li> <li>3. 권돈인 : 란(蘭)</li> <li>4. 김정희 : 행서첩(行書帖)</li> <li>5. 소치 허련 : 산거도(山居圖)</li> <li>6. 김수철 : 절지쌍폭(折枝雙幅)</li> </ol>
<p>명가비장고서화 전람회(名家秘藏古書畫 展覽會) 1940년 2월 7일 ~ 17일, 화신백화점 갤러리 주최 : 화신백화점 후원 : 매일신보</p>
<p>십대가산수풍경화전(十大家山水風景畫展) 1940년 5월 28일 ~ 31일, 부민관중강당(3층) 주최 : 조선미술관 후원 : 동아일보 학예부</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 옥산 이우 : 괴석도(怪石圖)</li> <li>2. 표암 강세항 : 한강선유도(漢江船遊圖)</li> <li>3. 북산 김수철 : 화훼(花卉)</li> </ol>
<p>명가진장고서화 감상회(名家珍藏古書畫 鑑賞會) 1943년 2월 17일 ~ 21일, 미스코시 백화점 4층 갤러리 후원 : 중성서도연구소</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 북산 김수철 : 화훼(花卉)</li> <li>2. 원당 김정희 : 묵란병기(墨蘭并跋)</li> <li>3. 이재 권돈인 : 묵란(墨蘭OO)</li> <li>4. 호생관 최북 : 금강총도(金剛總圖)</li> </ol>



2. 김홍도 : 노예흔기(평양 조선미술관 소장)

기록으로 확인된 함석태의 첫 번째 전람회 출품은 1930년 고서화진장품전이다. 조선 고미술품의 수집과 소개를 하는데 다년간 노력을 해오던 조선미술관이 개최하는 고서화진장품전에는 오세창, 이도영, 이한복 외 여러명의 수장가들이 자신의 소장품을 출품하였고, 함석태도 그중에 한 명이다. 관재(貫齋) 이도영(1884-1934)은 고서화진장품전에 출품된 모든 진열 작품에 대한 감상평에서 함석태의 소장품 김홍도의 '노예흔기'가 재미있는 묘품이라고 하였다.

1930년 조선고서화진장품 전람회에 출품되었던 단원의 동물(動物)을 서화가 이도영(1884-1933)은 동아일보 1930년 10월 19일 '고서화진장품전 진열제작품에 대하여'라는 글에서 김홍도의 그림 '동물'을 노예흔기(老猓掀鬘)라 하였고 재미있는 묘품(妙品)이라 언급하였다. 다행히도 유희준이 자신의 저서 '안목'에 김홍도의 노예흔기를 직접 보고 감상평까지 남긴 책이 있다<sup>2</sup>. 조선미술박물관에는 김홍도 작품이 3점 있다고 한다. 사자인지 삼살개인 구분이 안되는 털북숭이 네발 짐승을 귀엽게 그린 노예흔기(老猓掀鬘), 영지버섯인지 불로초인지를 한 광주리 캐어



3. 김홍도 : 구룡폭(평양 조선미술관 소장)

짙어지고 있는 선동을 그린 '약초를 캐고서'라는 신선도, 마지막으로 금강산 구룡폭포를 대담한 붓놀림으로 명쾌하게 그린 구룡폭(九龍瀑)<sup>3</sup>. 3점중에서 2점이 함석태의 소장품이다.

김홍도의 그림 3점에 관한 구체적인 설명은 유홍준 교수의 책 '나의 문화 유산 답사기 4. 평양의 날을 개었습니다'에 나온 글로 대신하고자 한다. "늪은 짐승에서 터럭들이 부풀어 일어날 것만 같은 생동감, '약초를 캐고서'에서 선묘의 강약이 드러나는 리듬감, '구룡폭'에서 바윗 결을 화강암의 절리 현상에 따라 혹은 수직으로, 혹은 수평으로, 혹은 사선으로 죽죽 그어내리면서 곳곳에 운치있게 소나무를 그려 넣음으로써 실경의 사실감을 조형적 아름다움으로 승화시킨 모습은 그림이 왜 사진보다 감동적일 수 있는가를 유감없이 보여준다. 이 세 작품은 남한에 있는 소재의 단원 작품과 비교해보면 더욱 그림의 묘미를 완성할 수 있다. '약초를 캐고서'의 신선 그림은 40대 중반의 그림으로 31세 때 명작인 '군선도'의 신선 묘사에 비할 때 훨씬 부드러운 필치가 돋보이고, '늪은 짐승'은 50대 초반 작품으로 그의 40대 때 동물화에 비할 때 분방한 붓놀림

이 눈맛을 후련하게 해주는 것이며, 구룡폭은 50대 중반 그림으로 그가 44세 때 정조의 명을 받아 금강산을 다녀와서 그렸던 구룡폭포에 그림에 비하면 그 원숙한 맛이 확연히 느껴지는 것이었다."

1932년 조선고서화진장품전에 출품했던 단원의 구룡폭(九龍瀑)을 조선미술관 관장인 오봉빈은 그림의 크기가 작지만 깊고 큰 일품이라고 평가하였다. 이 그림도 역시 잘 설명해주는 도서 '북한의 문화재와 문화유적 조선시대 IV회화'가 있기에 전문을 옮겨본다. 아울러 겸재 정선이 그린 '구룡폭'과 비교해서 감상하면 즐거움이 배가 될 것 같다. 겸재 정선은 풍경을 마음에 담아 감성적으로 그리기에 대상이 그림과 닮지 않은 점이 있다. 반면에 단원 김홍도는 눈에 보이는 그대로 풍경을 그리기에 대상이 사진과 비슷할 정도다.

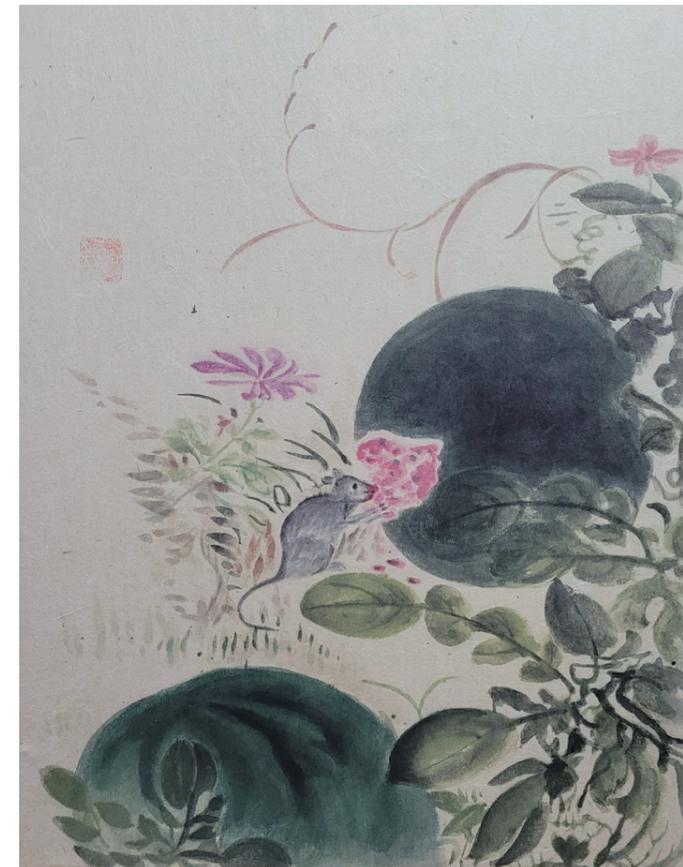
"구룡폭은 구룡폭포의 전경을 통하여 명승 금강산의 풍치를 실감있게 보여주는 김홍도의 대표적인 풍경화 작품이다. 폭포를 기본으로 그리면서 또 그것이 화면 왼쪽으로 좀 치우치게 하고 오른쪽을 튀워 주어서 절



4. 심사정의 서과투서  
조선일보  
1936년 1월 3일 자년명화



5. 사진복원작가 김충식이 복원한 심사정의 서과투서



6. 한국화 화가 최진우가 모사한 심사정의 서과투서

벽과 폭포의 위용을 돋구었으며 힘있게 내리 그은 선으로 그 높이를 더 강조하였다. 한편 짙은 색의 덕으로 점점이 짙어져 절벽의 위아래에 무성하게 자란 나무를 나타냈으며 화면의 단조로움도 덜어 주었다. 특히 빠르고 가벼운 먹선으로 힘찬 물줄기를 죽죽 내리고어 웅장하고 장쾌한 폭포의 특징을 잘 살려냈다. 화면에서 힘차게 내리 쏟아지는 폭포수는 시선을 옮겨가면 옛날 금강산을 지키는 아홉 마리 용이 살았다는 구룡연까지 보게 되는 것 같으며 시선을 위로 돌려 거센 물살을 거슬러 오르면 물목너머로 팔선 전설 깃든 상팔담도 보이는 것 같다." 필자는 지난 수년 동안 함석태 선생의 흔적을 찾고 있던 참에 1936년 1월 3일자 조선일보 1면에서 그가 소장한 그림을 발견하게 되었다<sup>4</sup>. 그림은 '자년명화(子年名畫)'라는 제목과 함께 있다. 1936년이 '쥐'의 해였기에 쥐가 나오는 그림을 보여주고자 하는 의도인 듯하다. 그림 왼쪽에 '현재(玄齋) 심사정(沈師正) 필(筆) 현재(玄齋) 청송인화종조인(靑松人畫宗朝人) 거금이백년전(距今二百年前)'이라 써져있다. 조선의 천재 화가 3재 중 한 명인 심사정의 그림이고, 청송인화종조인은 조선의 그림

을 그리는 청송인(심사정의 본관은 청송)이라는 뜻이다. 작품의 시기는 1736년이니 심사정이 29세에 그린 명화다.

84년 전 조선일보에 게재된 함석태 선생의 소장품인 심사정의 희미한 그림을 김충식 사진 복원전문가에게 의뢰하여 복원하였다<sup>5</sup>. 이번에는 최진우 화백에게 의뢰하여 모사(模寫)하였다<sup>6</sup>. 윤곽이 뚜렷해지고 색상이 더해지니 자연스럽게 현재 심사정의 스승인 겸재 정선의 그림 '서과투서(西瓜偷鼠)'가 연상된다. 따라서 함석태 소장품 중 하나인 현재 심사정의 그림 제목은 '서과투서(西瓜偷鼠)'다. 운명의 장난처럼 겸재 정선의 서과투서는 간송 미술관에 소장하고 있다. 일제강점기 함석태와 함께 고미술품을 수집했던 간송 전형필이 구입한 그림이었던 것이다. 정선의 그림은 한국 간송 미술관에, 심사정의 작품은 현재 행방을 찾을 수 없고 아마도 북한 미술관에 있을 것으로 추정된다. 어쩌면 두 그림의 운명이 겸재 정선과 현재 심사정의 인생과 비슷하지 실로 놀랄 뿐이다.



7. 최복 : 금강총도(평양 조선미술관 소장)

심사정이 29세에 그린 서과투서에는 정선의 그림과 달리 쥐가 한 마리만 그려져 있다. 세상으로부터 외면당한 채 고독 속에서 작품 활동을 한 심사정의 인생이 그림에 녹아들어가 있는 것 같다. 쥐 한 마리가 수박을 훔쳐먹고 있는 모습을 통해 조선 후기 탐관오리들이 백성을 수탈하는 실상을 풍자하는 그림으로도 해석된다. 함석태의 소장품 한 점을 발견하였다는 것은 대한민국 치의학 역사에서 가치가 있고, 한국 미술사 측면에서도 지금까지 공개되지 않았던 심사정의 그림 한 점이 세상에 공개되었다는 사실이 의미가 있다.

함석태의 소장품 목록을 보면 그가 얼마나 금강산을 좋아했는지를 가늠할 수 있다. 그는 7번의 전람회에 참여할 때 최복의 금강산 그림을 4번이나 출품하였다. 또한 정선의 금강전경액(金剛全景額)도 소장하고 있었다. 함석태는 최복의 금강총면(金剛總面)과 금강전경선면(金剛全景扇面)을 갖고 있었다. 그런데 최복의 금강총면은 전람회마다 작품명이 다르다. 1930년과 1938년 전람회에서는 금강총면(金剛總面), 1943년 고서화 감상회에는 금강총도(金剛總圖)로 적혀있다. 금강총면과 금강총도는 같은 단어라 봐도 무방할 것 같다.

금강총면에서 면(面)은 얼굴 또는 모습을 의미하기에 금강총면을 낱말 풀이하면 금강산의 전체적인 모습을 그린 그림이다.

1934년 전람회 출품작인 금강전경선면(金剛全景扇面)은 선면(扇面) 즉 부채에 그려진 금강산의 전체적인 경치로 해석된다.

최복의 금강산 그림 2점을 소유하고 있는 평양의 조선미술관은 제목을 금강총도(金剛總圖)7와 금강산전도(金剛山全圖)8로 명명하고 있다. 필자는 평양 조선미술관이 붙여놓은 최복의 금강산 그림 제목에 수정이 필요하다고 생각한다. 금강총도는 금강전경선면(金剛全景扇面)으로, 금강산전도는 금강총면(金剛總面)으로 말이다. 실제 금강산전도 우측 상단에 금강전면(金剛全面)이라고 적힌 최복의 글씨가 보인다. 한자 전(全)과 총(總)은 '모두'를 뜻한다. 금강총면(金剛總面)과 금강전면(金剛全面)은 금강산의 전체적인 모습을 그린 그림이다. 따라서 조선미술관이 소장하고 있는 최복의 금강산 그림 2점은 모두 함석태가 소장했던 금강총면(金剛總面)과 금강전경선면(金剛全景扇面)이라고 합리적으로 추론할 수 있다.

김용준(1904-1967)은 잡지 문장 1939년 6월호에 실린 자신의 글 '이조 화계의 기인 최복과 임희지'에서 함석태 소장의 최복 금강산선면(金剛山扇面)과 서예가 손재형(1903-1981)의 수집품인 금강산전도(金剛山全圖)에 대해서 다음과 같이 언급하였다.



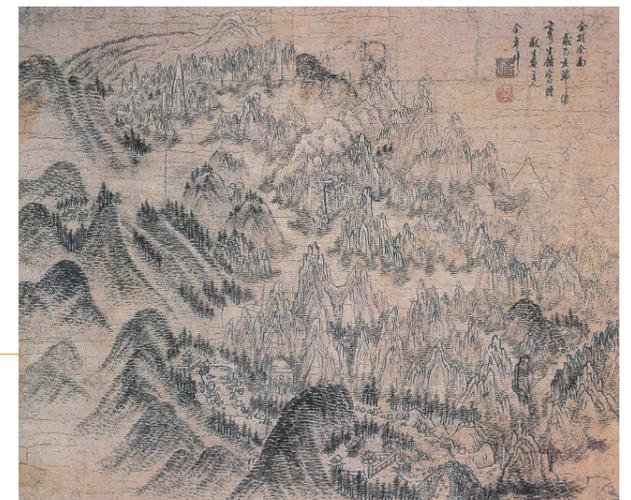
9. 허련 : 산거도(1851, 평양 조선미술관 소장)

8. 최복 : 금강산전도(평양 조선미술관 소장)

“비록 필력의 세련된 점은 다른 작가에 미치지 못한다 할지라도 필세가 대담하면 자유분방하여 그 저류에는 조그만 구애도 아첨도 보이지 않는, 치졸하되 패기가 용솟음치고 있는 기개를 느낄 수 있다.”

함석태의 소장품들을 연구하면서 한 가지 공통점을 발견하였다. 함석태는 추사 김정희와 추사를 존경하는 인물들의 고서화를 수집하였다. 소치(小癡) 허련(許鍊, 1808-1893)과 추사 김정희를 연결시켜준 인물은 대선사(大禪師) 초의(草衣, 1786-1866)다. 초의는 허련에게 그림에 대한 인식과 기본적인 화법을 가르쳐 주면서 허련이 윤두서의 '공재화첩'을 빌려서 그림 공부를 할 수 있도록 하였다. 초의는 윤두서의 그림을 모사한 허련의 그림을 가져가 자신의 오랜 벗인 김정희에게 보여주었더니, 김정희는 즉시 허련을 서울로 빨리 올라오라고 하였다. 1839년 32세의 허련이 김정희에게 서화 배우기 시작한지 얼마 되지 않아 1840년 9월 2일 김정희는 당쟁의 희생양으로 제주도 대정에 위리안치를 명받아 제주 유배생활을 시작하였다.

허련은 하늘과 맞닿은 큰 바다에 거룻배에 몸을 싣고 제주에 유배 중인 김정희를 찾아갔다. 그것도 3번이나 목숨을 건 여행인 셈이다.



허련은 1년이 넘는 기간 동안 김정희의 힘든 유배생활을 도왔다. 수많은 김정희의 제자들 중에 험난한 뱃길을 건너 제주까지 찾아온 이는 허련과 이상적(李尙迪) 두 사람 뿐이었다. 허련의 '산거도(1851)'는 1932년 조선고서화진장품 전람회에 함석태 소장품으로 출품되었다. 현재는 북한에 있는 것으로 보인다9. 허련은 추사 사후에 자신의 고향인 진도로 내려가 운림산방에 살면서 후손에게 대대로 그림을 전수하였다. 오늘날 호남지방을 예향(藝鄕)이라고 불리우는 데 기본 바탕을 마련한 인물이 허련이다.

일제강점기 함석태가 소장했던 작품들은 한국 미술사학적으로도 의미가 있다. 김홍도의 노예혼기와 구룡폭, 최복의 금강전경선면과 금강총도, 허련의 산거도(山居圖) 모두 국보급이라 할 수 있다. 기록으로 확인된 함석태 소장품들이 어딘가에 잘 보관되어 있기를 간절하게 소망한다. 한 가지 소원이 더 있다. 부디 함석태 소장품 중 단 몇 점이라도 직접 감상할 수 있다면 무슨 여한이 있겠는가? 卍

# 일본에서 만난 방문치과진료

## 2026년 돌봄통합지원법을 앞두고



글·사진 \_ 백연화 교수  
서울대학교치과병원  
치과보철과

2025년, 우리나라는 65세 이상 인구가 전체의 20%를 넘어서는 초고령 사회에 진입하였다. 이는 단순한 통계 수치의 변화가 아니라, 의료와 복지 시스템 전반에 중대한 영향을 미치는 이정표라 할 수 있다.

고령 인구가 증가함에 따라 병원에 내원하는 환자 수는 일정 시점까지는 증가하지만, 일본의 사례에서 보듯 고령화가 더욱 심화되면 병원 내원 자체가 어려운 환자들이 점차 늘어나게 된다. 이에 따라 '의료인이 직접 찾아가는' 방문진료의 필요성이 새롭게 대두되고 있다. 일본은 이미 2007년에 초고령 사회에 진입하였으며, 현재는 65세 이상 인구가 전체의 30%에 달한다. 일찍이 고령 사회를 맞이한 일본은 방문진료 시스템을 조기에 제도화하고 안정적으로 운영해오고 있어, 앞으로 우리가 준비해 나가야 할 방향을 보여주는 좋은 선례가 될 수 있다.

지난 2025년 1월 31일, 필자는 대한노년치의학회 주관으로 일본 후쿠오카대학교 치과병원을 방문하여 이들이 운영하는 방문치과진료 시스템을 직접 참관할 기회를 가졌다. 후쿠오카대학교 치과병원은 1972년 '후쿠오카치과진료소'로 출발하여, 1973년 대학 부속병원으로 전환된 이후 내과와 외과를 병설하며 치과 중심의 통합형 의료기관으로 발전해왔다. 이 병원의 철학은 '구강건강을 통해 전신건강을 지킨다'는 데에 기반하고 있으며, 진료과 구성과 운영 방식 전반에 이 철학이 잘 반영되어 있었다. 특히 '노인치과(Geriatric Dentistry)'와 '방문치과(Visiting

후쿠오카대학교 치과병원



Dentistry)'가 각각 독립된 센터로 운영되고 있었고, 병원 인근의 개호노인보건의료시설 및 요양원과도 긴밀히 연계되어 실질적인 의료-복지 통합 모델이 실현되고 있었다.

방문치과진료는 병원 내원이 어려운 환자를 대상으로, 치과 의료진이 직접 자택이나 요양시설, 혹은 치과진료가 불가능한 병원 등에 찾아가 진료와 구강관리를 제공하는 방식이다. 진료 대상은 요양시설 입소자, 외상 상태의 자택 환자, 병원 입원 중인 환자, 항암 치료 중 구강관리가 필요한 환자 등 다양하며, 진료 반경은 병원 기준으로 약 16km 이내(차량 기준 약 30분)로 설정되어 있었다. 우리는 방문진료팀과 함께 세 곳의 요양시설에 동행하였다. 진료팀은 출발 전 각 환자의 진료 내용과 구강관리 계획을 꼼꼼히 확인하고, 필요한 장비를 신속하고 체계적으로 차량에 실었다. 이동진료라고 하면 대형 밴을 떠올릴 수 있지만, 실제로는 일반 소형 경차가 사용되고 있었다. 그 안에는 발치, 충전(수복), 보철 치료, 틀니 조정까지 가능한 다양한 장비가 정돈된 상태로 실려 있었



소형 차량에 실린 이동진료 장비  
차량 트렁크에는 진료에 필요한 장비가 체계적으로 적재되어 있다. 틀니 조정, 수복, 구강 기능 평가, 방사선 촬영까지 가능한 장비들이 모두 탑재된다.

으며, 숙련된 인력이 단 몇 분 만에 진료 환경을 세팅하는 모습에서 오랜 시간 축적된 노하우와 효율성이 느껴졌다. 감염에 취약한 고령 환자들을 배려하기 위해, 의료진은 헤어캡, 앞치마, 장갑, N95 마스크 등을 철저히 착용하고 진료에 임하였다. 요양시설에 입장하기 전에는 전신에 소독액을 분사하는 절차도 빠짐없이 시행되었으며, 참관자였던 우리 역시 일반 덴탈 마스크에서 N95 마스크로 교체한 후야야 진료 현장에 동행할 수 있었다.



요양시설로 이동 중인 진료팀

첫 번째로 방문한 요양시설에서는 침대에 누워 거의 움직일 수 없는 고령 환자를 진료하였다. 의료진은 이동식 조명과 진단 기구를 이용해 구강 상태를 확인하고, 치주염이 의심되는 부위에 대해 이동식 방사선 장비를 활용해 구내 촬영을 시행하였다. 이후 혀의 백태를 제거하고, 이동식 엔진과 핸드피스를 사용하여 틀니를 조정하는 등 대부분의 외래 진료 항목이 환자의 침상 위에서 무리 없이 수행되었다. 방문진료는 단순한 일회성 치료에 그치지 않고, 환자의 구강 기능을 주기적으로 평가하고 장기적으로 관리하는 체계로 운영되고 있었다. 구강 기능 검진은 총 7가지 항목으로 구성되며, 이 중 3가지 항목이상에 문제가 나타날 경우 '구강 기능 저하중'으로 진단된다. 우리가 참관한 날에도 발음 횡수(입술 및 혀의 운동성), 저작력 측정, 구강 건조 상태 평가 등이 시행되었으며, 이 결과들은 환자의 전반적인 건강 상태를 파악하고 향후 변화 추이를 관리하는 데 중요한 지표로 활용되고 있었다. '씹고, 삼키고, 말하는 능력'을 체계적이고 지속적으로 평가하고 개선하는 이 시스템은 고령자의 삶의 질을 높이고, 나아가 존엄을 지키는 데 실질적인 기여를 할 수 있을 것이라 생각되었다.

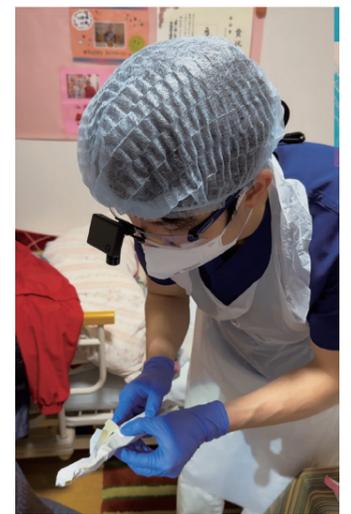


침상에서 이루어지는 방문치과진료  
거동이 불가능한 고령 환자를 대상으로, 침상 위에서 곧바로 진료가 진행되는 모습. 이동형 구내방사선촬영장치(좌), 조명과 진료장비(우)를 모두 활용하여 진료가 행해진다.

현재 일본에서는 전국 치과병·의원의 약 24%가 방문진료를 경험한 바 있으며, 전체 치과 진료 중 방문 진료가 차지하는 비율은 약 3.9%에 달한다. 병원 내원이 어려운 환자가 점점 증가하는 현실 속에서, 치과 의료진이 병원 밖으로 나아가 지역사회에서 진료를 수행하는 시스템이 이미 제도화되어 운영되고 있다. 또한 의료보험 및 개호보험 제도 하에 이루어지고 있어 의료진에게는 안정적인 수가를 보장하고, 환자와 가족의 경제적 부담을 덜어주고 있다. 이번 참관을 통해 크게는 정부, 병원, 복지시설 간의 유기적인 협력 시스템부터 작게는 장비 구성과 진료 메뉴얼에 이르기까지 다양한 요소들을 배울 수 있었지만, 무엇보다도 깊은 인상을 남긴 것은 이러한 복합적인 시스템을 가능하게 한 철학적 기반이었다. '구강건강이 곧 전신건강이며, 나아가 인간의 존엄과도 직결된다'는 믿음을 의료진뿐 아니라 사회 전체가 공유하고 있었기에 가능한 일이었다고 생각한다.

우리나라에서도 이와 유사한 변화의 흐름이 시작되고 있다. 2024년 12월에는 장기요양기관 평가지표에 구강관리 항목이 처음으로 포함되었고, 2026년부터 시행 예정인 [돌봄통합지원법]에는 '방문구강관리'가 지역사회 통합돌봄 보건의료서비스의 한축으로 명시되었다. 이제 치과계도 '찾아가는 진료'를 구체적으로 준비하고 실행에 옮겨야 할 시점에 도달한 것이다. 이러한 변화가 단기적인 제도 도입에 그치지 않고, 지속 가능하고 실효성 있는 시스템으로 정착되기 위해서는 제도적 기반뿐 아니라 치과계 내부의 실천 의지와 사회 전반의 인식 개선이 반드시 병행되어야 한다. 그래야만 초고령 사회가 요구하는 복잡하고 다양한 과제들을 슬기롭게 풀어낼 수 있을 것이다.

구강 건조 상태를 측정하는 의료진  
구강기능 평가의 중요한 요소 중 하나인 구강 건조 정도를 기기를 통해 측정하고 있다.  
방문진료를 수행하는 의료진은 감염에 취약한 고령 환자를 배려하여 헤어캡, 앞치마, 장갑, N95 마스크 등을完비한 채 진료에 임한다.



# 국가 구강검진제도에 대해 알아봅시다!

글\_ 김아현 편집위원



## 구강검진의 힘, 현장에서 얻은 확신

“나는 치과 가면 주사 맞는 기분이 들어요...”

다섯 살 현구가 유니트 체어 앞에서 엄마 쪽으로 한 걸음 물러섭니다. 그 옆에 서 있던 여덟 살 나래는 능숙하게 의자에 올라앉더니, 입을 벌리기 전 한 마디 툭 던집니다.

“선생님, 오늘도 검사만 하고 가는 거죠?”

진료실에서 이런 장면은 새삼스럽지 않습니다.

낮설고 긴장되는 치과 환경에서 걱정과 두려움을 보이는 아이가 있는가 하면, 어느새 의젓해져서 치과를 평범한 공간처럼 받아들이는 아이도 있습니다. 그런데 이 차이는 단지 나이 때문만은 아닙니다.

나래는 생후 6개월, 첫 유치가 얼굴을 내밀기 시작하던 시점에 처음 치과를 찾았습니다. 국가 영유아 구강검진이 시작되는 18개월보다 훨씬 빠른 시기였죠. 진료실 문 앞에서 울음을 터뜨리던 첫 방문을 지나 몇 차례 만에 나래는 스스로 의자에 올라가 입을 벌릴 만큼 익숙해졌습니다.

국가검진이 18개월부터 시작되는 이유는 유치열이 어느 정도 완성되어 객관적인 구강 평가가 가능한 시점이기 때문입니다. 하지만 그보다 이른 시기의 방문이 결코 빠르기만 한 것은 아닙니다. 오히려 아이가 치과 환경에 적응하는 데 큰 도움이 됩니다. 초기에 치과를 ‘익숙한 장소’로 받아들이는 아이들은 이후 진료 협조도도 높고, 구강건강에 대한 인식도 빠르게 자랍니다.

이런 변화는 특정 아이에게만 나타나는 예외적인 사례가 아닙니다.

많은 치과사들이 매일 진료실에서, 나래와 같은 아이들을 만나고 있습니다. 이 아이들이 보여주는 반응은 국가 구강검진이 단순한 검사가 아니라 아이의 삶 전체에 영향을 주는 경험이 될 수 있음을 증명하고 있습니다.

## 생애주기별 국가 구강검진 제도

### 영유아 구강검진

생후 18개월부터 65개월까지, 총 4회의 검진 기회가 제공됩니다. 대상 시기는 18~29개월(1회차), 30~41개월(2회차), 42~53개월(3회차), 54~65개월(4회차)입니다. 각 시기별로 구강 상태 확인은 물론, 보호자를 대상으로 한 교육과 생활습관 지도도 함께 이루어집니다. 특히 30~41개월은 유치열이 거의 완성되는 시기이자 충치 발생률이 높아지는 시점이라 보다 정밀한 관찰이 필요한 구간이기에 2022년부터 추가되었습니다.

주의사항으로는 각 시기를 놓치면 구강검진을 받으실 수 없다는 것입니다. 또한 소아과에서 시행하는 영유아 검진과는 달리 문진표를 미리 작성하여 웹으로 송부해도 각 치과로 전달되지 않아 확인이 되지 않기에 때문에 현장에서 직접 문진표를 작성하여야 합니다.

### 학생 구강검진 및 아동치과주치의 사업

2024년부터는 초·중·고등학생을 대상으로 한 구강검진이 국가건강검진 체계에 정식으로 포함되었습니다. 검진 항목은 시진, 치면세균막 검사, 구강위생 상태 평가, 필요 시 불소도포 및 실란트 연계 등입니다. 한편, 아동치과주치의 사업은 현재 서울시 25개 자치구 전체에서 시행 중입니다. 예방 중심의 구강건강관리를 목적으로 2023년부터 시범 운영 중인데 올해는 1·2·4·5학년이 대상이고, 2026년 이후에는 전 학년으로 확대될 예정입니다. 다른 국가 구강검진과의 차이점은 본인 부담금이 존재한다는 것입니다.

- 정기 구강검진 및 시진: 치아우식, 잇몸 상태, 치면세균막 평가
- 구강위생 검사 및 교육: 양치질 습관, 식이습관 지도, 보호자 교육
- 예방 진료: 치면세마, 불소도포, 필요시 실란트
- 개별 구강건강 리포트 제공: 진단결과, 개선방향, 가정 내 실천사항 포함

● 소액 본인부담(약 4,300~7,500원) / 의료급여 수급자 등 면제  
이 사업은 단순히 치아를 ‘검사’하는 것을 넘어 아동 스스로 구강건강에 관심을 갖도록 유도하고, 보호자와의 의사소통까지 포함하는 통합 예방 모델로 자리 잡고 있습니다.

### 성인 및 노인 구강검진

만 40세 이상은 2년에 한 번씩(비사무직은 매년) 국가 건강검진과 함께 구강검진을 받을 수 있습니다. 검사항목은 치주 상태 확인, 치면세균막 측정, 구강위생 습관 확인 등이며, 그 결과에 따라 잇몸질환 예방이나 불소 적용 등 추가 조치도 가능합니다.

노인층에 대해서는 파노라마 방사선 촬영, 저작기능 평가 등 보다 포괄적인 검진 체계가 논의되고 있습니다. 고령 인구의 삶의 질을 지키기 위해 치아 개수뿐 아니라 저작력 유지와 영양섭취 기능에 대한 평가지표가 강화될 전망입니다.

### 취약 및 특수 대상 구강검진

장애인, 기초생활수급자, 특수학교 학생 등은 지역 보건소나 구강보건센터를 통해 정기적인 구강검진과 예방관리를 받을 수 있습니다. 지방의 경우에는 순회진료 차량과 이동 치과 장비를 활용한 검진 서비스도 제공되고 있어 접근성 측면에서의 격차 해소를 위한 노력이 계속되고 있습니다.

### 치과는 무섭기 전에 익숙해져야 한다

진료를 마치고 나오는 현구가 말했습니다.

“선생님, 오늘은 별로 안 아팠어요. 다음에는 좀 더 오래 앉아볼게요.”

그 한마디에 저는 웃으며 고개를 끄덕였습니다.

치과가 무서워서 피하는 곳이 아니라 익숙해서 먼저 입 벌릴 수 있는 곳이 되는 것, 그게 바로 구강검진의 진짜 힘입니다. 검진은 ‘문제가 있을 때 받는 것’이 아니라 문제가 생기지 않도록 미리 익숙해지고, 미리 준비하는 시간이 되어야 합니다.

요즘 진료실에서는 스스로 입을 벌리는 아이들이 늘고 있습니다.

“오늘은 치료 안 해요?” “치실 써봤어요!” 하며 당당하게 검진을 요구하는 아이도 있습니다.

이런 아이들을 볼 때마다 생각합니다. 이 아이들 덕분에 치과는 점점 ‘공포의 현장’이 아니라 ‘일상 건강관리의 한 장면’이 되어가고 있구나!

치과검진, 더 이상 무서운 일이 아닙니다.

한 발 앞선 만남, 한 번 더 행진 예방, 그게 바로 우리가 함께 만들어가는 즐거운 치과생활의 시작입니다. 다음 방문도, 또 그다음 방문도 두렵지 않고 조금은 익숙해진 치과의자에서 아이들과 함께 미소 지을 수 있기를 바랍니다.



### 생애주기별 구강검진 요약표

연령대	구강검진 시기	항목	주요 목적
영유아	18~65개월 (4회)	문진, 시진, 불소지도, 부모교육	충치 예방, 행동 적응 지도
학생	초2, 초3, 초5, 초6, 중2, 고2	시진, 치면세균막, 구강위생 지도	조기 발견, 예방중심 교육
성인	만 40세 이상	치주상태, 치면세균막, 불소 사용지도	만성질환 예방, 구강위생 평가
노인	검토 중	파노라마, 저작기능, 의치 상태 평가 등	저작기능 보존, 삶의 질 유지
취약계층	연중 수시	방문진료, 순회검진	접근성 향상, 격차 해소



우리 아이 치아가  
남들보다 많거나 적다면?

## 과잉치와 결손치



글·사진 김현태 교수  
서울대학교치과병원  
소아치과

### 1. 과잉치

과잉치는 말 그대로 정상적인 치아 개수(유치는 20개, 사랑니 포함 영구치는 32개)를 초과하여 추가로 나타나는 치아입니다. 전체 인구의 약 1~3%에서 발견될 정도로 드물지 않은 현상입니다.

과잉치는 성별과 인종에 따라 발생 빈도가 다르며, 여아보다 남아에서 약 2배 더 흔하게 발생합니다. 또한 서양인보다 동양인에서 발생률이 다소 높게 보고되고 있습니다. 전체 과잉치의 80~90% 이상이 아래턱보다는 위턱에서 주로 발견되며, 특히 위턱의 앞니 중앙 부위에서 가장 흔하게 나타납니다. 이 부위에 생기는 과잉치를 정중과잉치(mesiodens)라고 부릅니다. 그 외 부위에서도 발견될 수 있습니다.

과잉치는 맹출 방향에 따라 정상방향, 역위(inverted), 수평위(horizontal) 등으로 구분할 수 있으며, 1/4 정도만이 자발적으로 잇몸 밖으로 맹출합니다. 대부분의 과잉치는 턱뼈 내에 매복된 상태로 남아 있습니다.

치과진료 현장에서는 보호자들로부터 자녀의 치아 개수 이상에 관한 문의를 자주 접하게 됩니다. “우리 아이의 치아가 정상보다 많다고 하는데 문제가 없을까요?” 또는 “치아 개수가 부족하다는 진단을 받았는데 어떤 조치가 필요한가요?”와 같은 질문들입니다. 치아 개수의 이상, 즉 과잉치나 선천적 결손치는 소아 환자에서 종종 관찰되는 치아 발달 이상 중 하나입니다. 이러한 상태는 조기 발견과 적절한 관리가 중요합니다.

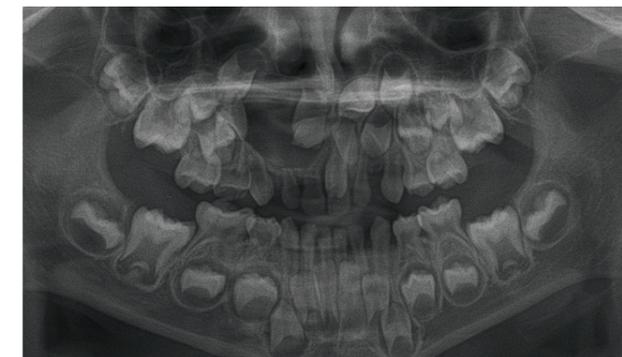


역위되어 매복된 정중과잉치.  
좌측 앞니가 우측 앞니에 비해서  
맹출지연을 보인다.

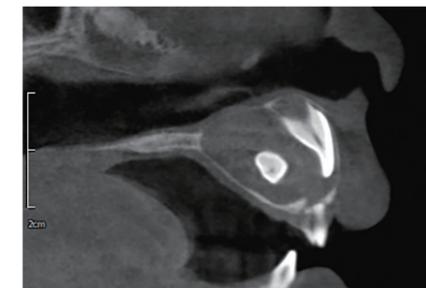
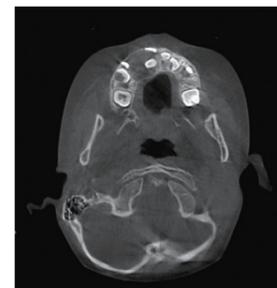
### 과잉치로 인한 합병증

과잉치는 방치할 경우 여러 가지 문제를 일으킬 수 있어 세심한 관찰과 적절한 치료가 필요합니다. 과잉치가 가장 흔히 일으키는 문제는 영구치의 맹출 방해입니다. 과잉치가 있으면 정상적인 영구치가 제대로 올라오지 못할 수 있으며, 특히 앞니 부위에 매복되어 있는 정중과잉치는 위 영구치 앞니가 정상적으로 나오는 것을 막아 치아 배열에 문제를 일으킬 수 있습니다. 또한 앞니 사이에 위치한 과잉치는 두 앞니를 밀어내어 치아 사이에 틈을 만들 수 있는데, 이를 정중이개라고 하며 심미적인 문제를 야기할 수 있습니다.

더 나아가 과잉치 주변에는 물혹인 낭종이 생길 수 있으며, 이 낭종이 커지면 주변 뼈를 파괴하고 인접한 치아들을 밀어내어 영구치의 변위를 일으킬 수 있습니다.

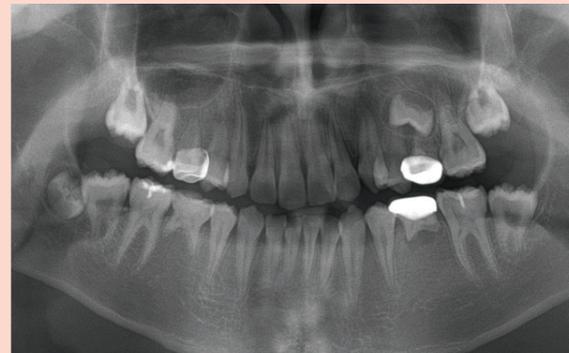


과잉치 주변으로  
큰 물혹(낭종)을 형성한 사례.  
맹출하지 않은 영구치들이  
물혹으로 인해 위치가 변한 것을  
관찰할 수 있다.



## 2. 선천성 결손치

선천성 결손치란 태어날 때부터 영구치가 하나 이상 없는 상태를 의미하며, 사랑니(제3대구치)를 제외한 정상적인 28개의 영구치 가운데 일부 치아가 결손된 경우를 말합니다. 이는 치아의 발생 과정 중 치배 형성에 문제가 생겨 발생하게 됩니다. 결손된 치아의 수에 따라 일부 치아가 결손된 경우를 부분무치증(hypodontia), 6개 이상의 치아가 결손된 경우를 oligodontia, 그리고 모든 치아가 결손된 경우를 완전무치증(anodontia)으로 분류합니다. 이 중 oligodontia와 완전무치증은 비교적 드물게 나타납니다. 대한소아치과학회는 oligodontia와 anodontia를 치과적 희귀질환으로 분류하고 있으며, 이러한 환자들이 많지 않아 정확한 환자군 구축과 연구가 매우 필요합니다. 이에 이견희 소아암 희귀질환 재단의 지원을 받아 전국의 소아치과학교실 및 대학병원 연구진이 협력하여 발육장애성 희귀질환 코호트 구축 연구를 진행하고 있습니다. 본 연구에서는 결손치를 가진 환자들의 임상적 특성과 양상, 사회·경제적 부담 등을 조사하여, 향후 이들을 위한 제도적 지원 마련에 기여하고자 합니다.

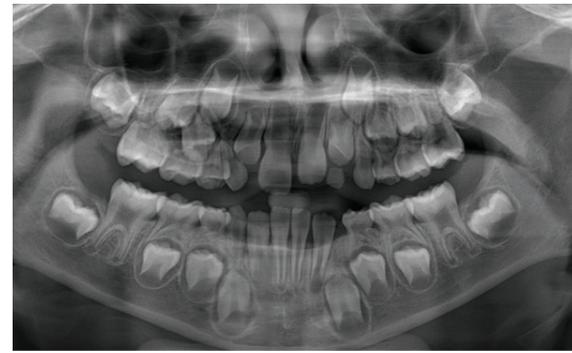


12세 환자에서 영구치 결손이 관찰되며, 결손 부위에는 유치가 잔존하여 유지되고 있다.

### 치료 전략

과잉치의 치료는 외과적 수술을 통해 제거하는 것입니다. 발치 시기는 과잉치가 영구치의 맹출을 명확히 방해하거나 낭종 형성 등의 병리적 문제가 있을 때 조기 발치를 적극적으로 고려합니다. 그 외에는 정기적인 방사선 촬영을 통해 과잉치의 상태와 주변 영구치의 발육 정도를 평가하여 주변 영구치의 뿌리가 충분히 성장한 이후 수술을 결정합니다.

수술적 접근법은 과잉치의 위치와 맹출 방향에 따라 다르며, 과잉치가 매우 깊이 매복되어 있는 경우에는 전신마취 하에 발치를 시행하기도 합니다. 또한 발치 후에는 정기적인 추적관찰을 통해 영구치의 맹출 상태를 지속적으로 평가해야 합니다. 아이의 협조도가 좋은 경우 국소마취 하에 발치를 시행할 수 있으나, 연령이 어리거나 치과치료에 대한 불안감이 높은 아이, 또는 수술의 난이도가 높은 경우에는 진정법이나 전신마취를 활용하여 아이에게 심리적 안정감을 제공하면서 안전하고 효과적으로 수술을 진행할 수 있습니다.



과잉치 발치와 물혹 제거 후 영구치의 정상맹출이 일어나고 있다.

### 발생 원인

선천성 결손치의 발생 원인은 매우 복잡하며 유전적 요인과 환경적 요인이 복합적으로 작용하는 것으로 알려져 있습니다.

유전적 요인으로는 MSX1, PAX9 등의 유전자 변이가 치아 발생 과정에서 역할을 하는 것으로 알려져 있습니다. 환경적 요인으로는 임신 중 감염, 방사선 노출, 약물 복용 등이 있으며 외배엽 이형성증과 같은 전신적인 증후군의 일부로 나타나기도 합니다.

### 치료 전략

선천성 결손치의 치료는 환자의 나이, 결손 부위와 수, 잔존 치아의 상태, 안모 형태, 경제적 여건 등을 종합적으로 고려하여 개별화된 치료 계획을 세우는 것이 필요합니다.

**공간 폐쇄** - 주로 교정 치료를 통해 이루어지며 특히 소구치 결손이나 상악 측절치 결손의 경우 효과적입니다.

**공간 유지 후 보철 수복** - 성장이 완료된 후 시행하는 것이 원칙입니다. 성장기에서는 가철식 공간유지장치나 가철식 의치 등을 사용하여 공간을 유지하고, 성장 완료 후 고정성 보철물이나 임플란트 수복을 시행합니다. 이 경우 치아의 배열을 위한 교정치료가 선행되는 경우도 있습니다.



다수의 치아의 선천적 결손을 보이는 환자.



## 3. 치아발육이상 - 조기 진단과 관리의 중요성

치아의 발육이상을 조기에 발견하고 관리하는 것은 매우 중요합니다. 이를 위해서는 만 5~7세경 파노라마 방사선 사진 촬영을 통해 치아 개수나 형태의 이상 유무를 확인해야 합니다. 이 시기의 방사선 검사는 대부분의 과잉치나 선천성 결손치를 조기에 발견하는 데 효과적입니다.

치아발육이상을 조기에 진단하면 여러 가지 이점이 있습니다.

**첫째**, 적절한 치료 시기를 놓치지 않을 수 있습니다. 특히 과잉치를 조기에 발견하면 인접 영구치가 정상적으로 맹출하도록 도울 수 있고, 결손치가 있을 경우에는 공간 소실을 미리 예방할 수 있습니다. **둘째**, 발육이상과 관련된 합병증을 예방할 수 있습니다. 과잉치가 방치되면 낭종 형성이나 주변 치아의 치근 흡수 등으로 이어질 수 있고, 결손치를 방치할 경우 교합이 틀어지는 등 다양한 문제가 발생할 수 있습니다.

**셋째**, 장기적이고 포괄적인 치료 계획을 세울 수 있습니다. 성장기를 이용한 교정치료나 향후 필요한 보철치료 등의 계획을 미리 준비할 수 있습니다.

또한 보호자들도 아이들의 치아 상태를 세심히 관찰할 필요가 있습니다. 부모님은 아이의 유치와 영구치의 교환 시기가 정상 범위를 벗어나면 검진을 받아야 합니다. 더불어 치아가 비정상적인 위치에서 맹출하거나 형태가 이상한 경우에도 즉시 전문가의 진단을 받아야 합니다.

과잉치와 선천성 결손치 모두 조기 발견과 적절한 시기의 치료가 매우 중요합니다. 따라서 주기적인 치과 검진을 통해 이상 징후를 발견하면 즉시 치과의사와 상담하시기 바랍니다.

## 당신이 몰랐던 섭식장애 이야기

중간만큼 좋은 것도 없다는 생각, 해보셨나요?  
 정신적인 면에서는 중간 정도에 있는 것보다 좋은 게 없습니다.  
 예를 들어서 흔하디 흔한 우울이요. 너무 우울하면 우울증이죠.  
 그렇지만 너무 '안' 우울하면 그것도 병입니다.  
 잠을 너무 많이 자면 과수면증(hypersomnia)이란 병이고,  
 잠을 못 자면 불면증(Insomnia)입니다. 먹는 것과 자는 것은  
 우리 삶에서 중요한 축이잖아요, 그래서 먹는 것 역시 중간이 좋습니다.  
 너무 먹어도 병, 너무 안 먹어도 병입니다. 먹는 게 고장난 상태인 섭식장애에  
 대해 말씀드리겠습니다. 중요한 점부터 짚고 넘어가도록 하죠.  
 섭식장애는 단순한 '식욕 문제'가 아닙니다. 음식, 체형, 체중에 대한  
 왜곡된 인식이 일상과 정신건강을 잠식하는 심리적 질환입니다.



## 신경성 폭식증

먼저 너무 먹는 병부터 살펴 보죠. 이름하여 신경성 폭식증(bulimia nervosa)입니다. 이 병의 가장 큰 특징은 다량의 음식을 빨리 먹어치우는 것입니다. 먹다 먹다 배가 아플 정도로 먹고, 구역질이 치밀어 오를 때까지 먹습니다. 이쯤에서 갑자기 머릿속에 소위 '먹방' 장면들이 스쳐 지나가는 분 계시죠? '그럼 그 사람들은 폭식증이란 병인 건가?' 흠, 일부는 맞지만 일부는 그렇지 않습니다. 많이 먹는다고 해서 전부 폭식은 아니거든요. 아래에 소개하는 진단기준을 살펴보면 '응, 병이라고 할 것까지는 없겠다.' 정도로 생각이 정리되실 겁니다.



글\_ 문지현  
 미소의원 원장  
 정신건강의학과 전문의

### 신경성 폭식증의 DSM-5 진단기준

- A. 폭식의 반복적인 삽화 - 폭식 삽화는 다음 두 가지 특징이 있다.
  1. 일정한 시간 동안(예: 2시간 이내) 대부분의 사람들이 유사한 상황에서 동일한 시간 동안 먹는 것보다 분명하게 많은 양의 음식을 먹는다.
  2. 삽화 동안 먹는 것에 대한 조절 능력의 상실감이 있다.
- B. 스스로 유도한 구토 또는 하제나 이뇨제, 관장약, 기타 약물의 남용 또는 금식이나 과도한 운동과 같은 체중 증가를 억제하기 위한 반복적이고 부적절한 보상 행동이 있다.
- C. 폭식과 부적절한 보상 행동 모두 평균적으로 적어도 평균 주 1회 이상, 3개월 동안 일어난다.
- D. 체형과 체중이 자아 평가에 과도한 영향을 미친다.
- E. 이 장애가 신경성 식욕부진증 삽화 동안에만 발생하는 것은 아니다.

신경성 폭식증을 진단 받는 사람들이 먹는 모습은 일반적으로 잘 먹고 맛있게 먹는 모습과 다릅니다. 폭식할 때 먹는 음식은 대개 달달한 고 칼로리로 케이크처럼 부드러운 질감을 가진 음식들이 많습니다. 빠르게 먹어치우는데, 심지어는 씹지도 않고 꿀꺽 꿀꺽 삼키듯 먹습니다. 이 뿐이 아닙니다. 폭식증 환자들은 D의 기준에 나오듯이 자기가 어떤 사람인지 평가할 때 체중과 체형에 엄청난 영향을 받습니다. 50kg이 넘으면 죽을 것 같다고 생각하거나, 기준으로 삼는 조그만 반바지 같은 걸 입어봐서 단추가 잠기면 안심하는 식입니다.

신경성 폭식증 환자들은 대개 평균적인 체중을 갖고 있습니다만, 약간 저체중이거나 살짝 과체중인 경우도 있습니다. 먹기는 많이 먹었는데 살은 찌고 싶지 않으니 B와 같은 보상 행동을 합니다. 마음껏 먹은 뒤에 토하는 사람, 토하는 게 힘들어서 변비약을 먹는 사람, 먹은 음식의 칼로리를 계산하여 그만큼 소비하려고 심한 운동을 하는 사람도 있습니다. 많이 먹었으니 열심히 운동을 하는 건 좋은 습관이죠. 그렇지만 여기에서도 중간, 또는 적당한 면 좋겠는데 폭식증 환자들은 그게 안 됩니다. '토하는 이유 가운데 운동하기 싫어서'를 꼽기도 하니까요. 운동을 하는 사람들 중에는 발바닥 뼈가 부러지도록 운동하는 사람도 있습니다. 구토 행위 뒤에 따라오는 죄책감, 자기혐오도 신경성 폭식증의 특징입니다. 우울감도 흔하게 보입니다. 신경성 폭식증은 남자보다 여자에 많은 편이고, 후기 청소년기나 초기 성인기에 잘 생기는 병입니다. 젊은 여성의 1~3%에서 관찰되는 비교적 흔한 병이지만, 증상에 대한 수치심

때문에 숨기는 경우가 많아서 잘 드러나지 않는 편입니다. 모든 신경성 폭식증 환자가 다 그렇지는 않지만, 폭식할 때 몰래 숨어서 먹는 경우가 많기 때문에 우리가 먹방으로 만나는 사람들은 신경성 폭식증이 아닐 가능성이 높은 것입니다.

적당히 또는 중간 정도로 먹는 게 고장난 또 다른 상태인 신경성 거식증으로 넘어가기 전에, 음식 중독이라는 개념을 짚고 넘어가려 합니다. 중독(addiction)은 강박적 사용과 더불어 중단하고 싶은 열망에도 불구하고 중단할 수 없는 상태를 말합니다. 제일 흔한 알코올 중독을 생각해 보면 금방 이해가 갈 겁니다. 술을 강박적으로 마시면서 "아~ 나 정말 술 꼭 끊어야 하는데!" 하는 사람이 알코올 중독 환자이듯이, 음식을 강박적으로 먹으면서 "아~ 나 정말 음식 꼭 끊어야 하는데!" 또는 "아~ 나 정말 살 빼야 하는데!" 하는 사람이 있다면 음식 중독 환자입니다. 갈망, 탐닉 등으로 번역될 수 있는 Craving은 음식의 경우에는 탐식으로 번역하기도 하는데, 중독에서 사용되는 용어입니다. 중독된 사람들이 보이는 의존 현상은 세 가지로 살펴볼 수 있습니다. 먼저 행동적 의존은 물질(음식) 추구 행동과 병적 사용을 강조합니다. 다음으로 신체적 의존은, 수없이 사용하면서(먹으면서) 나타나는 신체-생리적 효과를 강조합니다. 배불리 먹고 나서 느끼는 위의 느낌을 기준으로 삼는 사람들이 있습니다. 마지막은 심리적 의존입니다. 배가 고프는 것 같은 불유쾌한 상태를 피하고자 습관적으로 먹는 현상과 함께 지속적인 간헐적이든 강렬한 열망으로 추구하는 것을 말합니다.

## 신경성 거식증

신경성 거식증(anorexia nervosa)은 섭식장애 가운데 제일 위험한 병입니다. 서두에서 중간 정도가 딱 좋는데 너무 먹거나 안 먹는 이야기를 했지요. 신경성 거식증은 너무 안 먹는 것이 병의 증상이기에 목숨을 잃는 경우도 생깁니다. 실제로 외래에서 만났던 분은 키가 160센티였는데 체중이 38kg이었습니다. BMI를 계산해보면 14.8, 심각한 저체중 상태로 진료하는 제가 가슴이 철렁할 만한 숫자였습니다. 그런데도 본인은 배가 많이 나와서, 도저히 더 이상 먹을 수가 없다고 말했죠. 이 병의 특징은 체중 증가와 비만에 대한 강한 두려움입니다. 진단명에 들어있는 식욕부진(anorexia)이란 단어 때문에 '입맛이 없어서 못 먹고 살이 빠지 나보다' 오해를 사기도 하지만, 실제 식욕이 감소하는 경우는 질환 말기에 이르기 전까지는 흔하지 않아서 잘못 붙여진 이름임을 알고 넘어가면 좋겠습니다. 잠깐 말씀드릴 환자분도 '저는 식욕이 좋은 편인데 땡기는 대로 먹으면 배가 아프고 살이 찌니까 억지로 참느라 고생이에요 ㅠ ㅠ' 등의 증상을 이야기하곤 했습니다.

하제와 이뇨제를 남용하고 상당한 양의 운동을 습관적으로 행하는 경우가 흔합니다. 음식을 온 집안에 숨겨 놓는 등의 음식과 관련된 부적절한 행동을 보이는 경우가 흔합니다. 체중 감소가 심각한 경우 저체온증, 무월경, 부종, 그리고 저혈압 등의 다양한 내과적 문제가 발생합니다.

섭식 장애는, 치료가 어렵기는 해도 불가능하지는 않습니다. 모든 정신과 질환이 그렇듯이 섭식 장애의 치료는 치료 관계가 얼마나 튼튼하게 수립되었는지에 따라 성패가 갈립니다. 환자와 치료자의 관계뿐 아니라 치료자 자신의 심리적인 문제도 조심해서 다루어져야 합니다. 섭식 장애 환자를 치료하다 보면 치료자는 자신을 무기력하고 무능력한 존재로 인식하기 쉽습니다. 열심히 약물 처방도 하고 상담도 열심히 하고 인지 치료 하면서 숙제도 열심히 내주고 검사도 열심히 했는데, 환자는 '폭토' 상태에서 헤어나오지 못하고 있으니깐요. 이럴 때 정신과 의사가 '아, 나는/ 이 환자는 안 되려나봐...'하면서 두 손 들어버리면 안됩니다. 이때

### 신경성 식욕부진증의 DSM-5 진단기준

- A. 연령, 성별, 발달적 궤도에 비추어, 신체적 건강을 위한 최소한의 정상 수준에 미치지 못하는 저체중을 유지한다.
  - B. 이 장애를 지닌 개인들은 전형적으로 체중 증가에 대한 극심한 두려움을 보인다.
  - C. 개인에게서 체중과 체형에 대한 경험과 의미가 손상되어 있다.
- 진단을 내린 뒤 세부 유형에 따라 다음과 같은 2가지로 나눈다.
- (1) 제한형: 지난 3개월 동안 폭식 혹은 제거 행동 (즉, 자발적 구토, 하제 남용, 이뇨제, 혹은 관장 등)이 정기적이지 않았던 경우
  - (2) 폭식/제거형: 지난 3개월 동안 폭식 혹은 제거 행동이 반복적으로 있었던 경우

느끼는 무능력감은 실재가 아니기 때문이죠. 환자 스스로가 음식 앞에서 자신을 조절할 수 없었을 때 느끼는 무기력이나 의사에게로 옮겨져서 느끼는 것일 뿐입니다. 치료자도 때로는 지치고 힘이 빠질 수 있지만, 그 과정까지도 환자를 이해하는데 사용한다면, 그리고 자신의 나약함에도 불구하고 환자에게 가장 필요한 것을 제시할 수 있도록 노력을 지속한다면 환자와 함께 치료적 동맹을 맺는 것은 불가능한 일만은 아닐 것입니다. 그렇게 치료적 관계를 맺는 뒤에는, 건강한 식사 행동을 갖도록 목표를 세웁니다. 어떤 게 건강한 식사 행동인지, 아래에 소개해 보겠습니다. 이 글을 읽는 분들 가운데 나는 이미 그렇게 먹고 있는데, 생각이 드신

다면 잘 하고 계신 겁니다. 그런데 어디라도 핑크가 나 있다면, 예를 들어 적당한 먹기가 안 되거나 골고루 먹기가 안 된다면 몸과 마음 어디라도 건강이 깨질 가능성이 있으니 주의해야 합니다. 대개는 폭식증이나 거식증이 아니라 과식증(?) 또는 비만으로 넘어가기가 쉽겠지만, 그 역시 건강에 안 좋기는 마찬가지입니다. 당연히 대개의 환자들은 규칙적인 식사 패턴 지키는 것을 매우 어려워합니다. 극단적으로 식사를 줄이거나, 한번 먹었다 하면 뿌리를 뽑는 폭식을 하던 사람에게 규칙적으로 식사를 하라고 하면 '식사와 간식 모두 먹으면 체중이 엄청 늘어날 텐데요! 어렸을 때도 그렇게 먹어본 적이 없어요. 선생님도 이렇게 안 먹잖아요?' 같은 저항에 부딪히게 됩니다.



### 4가지 식사행동 원칙

1. mechanical eating (기계적으로 먹기) 혹은 intentional eating (의도적으로 먹기, 계획대로 먹기) : 3번 식사 3번 간식, 혹은 3번 식사 2번 간식
2. spacing eating (시간 간격을 잘 지켜서 먹기) : 3~4 시간 간격
3. proper quality eating (적당량 먹기) : 1500~1650 칼로리 먹기
4. proper quantity eating (골고루 먹기)

그럼에도 불구하고 규칙적인 식사를 해야 하는 이유들은 망가진 배꼽 시계를 돕기 위해, 기초 대사를 높이기 위해 등이 있습니다. 특히 오랜 동안 절식을 하던 사람들은 혀의 미뢰(taste buds)가 바뀌어서 단맛, 기름진 맛, 진한 맛을 좋아하게 되었기 때문에 골고루 먹는 연습이 중요합니다. 섭식 장애의 치료를 위해서는 식사 일기가 핵심적인 도움이 됩니다. 그러면서 자신이 생각하는 것과 실제가 얼마나 다른지를 발견하게 돕습니다. 예를 들면 케이크 반 조각을 먹고도 폭식을 했다고 생각하는 경우, 일기를 기록하면서 자신의 식생활을 객관적으로 바라보면 "난 또 실패야, 그러니 다시 또 원점으로 돌아가버린 거지. 이럴 바에는 다 집어치워" 하는 식의 극단적 반응을 보이는 것을 막을 수가 있습니다. 섭식 장애를 앓는 사람들 대부분이 왜곡된 신체상으로 고생하고 있습니다. 건강한 자기 몸을 인식하고 받아들일 수 있도록 돕는다면 섭식 장애도 좋아질 수 있겠지요?

너무 먹는 것이든, 너무 안 먹는 것이든, 드러나는 모습은 사뭇 다르지만 결국 뿌리는 하나라고 생각합니다. 바로 심각한 자아상 손상이지요. 진료실에서 들었던 환자분의 자아상에 대한 이야기가 떠오릅니다. 스스로를 '쓰레기'라고 부르던 분이 있었거든요. 그러다가 치료를 통해 조금씩 좋아지자, 그분은 스스로를 '재활용이 가능한 쓰레기'로 업그레이드(?)해서 표현했습니다. 바라기는 자신이 쓰레기가 아니라 세상에 하나 밖에 없는 '작품'임을 인지하면 좋겠는데 말이죠. 섭식 장애 환자들은 엉망인 자아상 때문에 우울감, 불안감으로 고생하다가, 나름 조절해 보려고 시도한 것이 잘못된 방법인 폭식과 구토, 체중 조절이었던 것입니다. 그러니 폭식과 구토만 못하게 막는 것 말고, "이 정도면 충분히 예쁘고 날씬하신데 왜요?" 하고 속 모르는 이야기 던지는 것 말고, 자기 문제를 제대로 보고 그 문제를 해결할 수 있는 제대로 된 시도를 해보도록 도울 수 있다면 좋겠습니다. 그게 바로 사람 살리는 길 아닐까요?

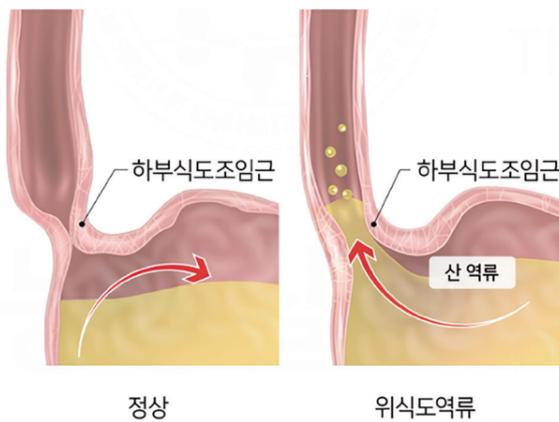


# 위식도역류질환

위식도역류질환은 위 내용물이 식도로 역류하여 불편한 증상을 유발하거나 이로 인하여 합병증을 유발하는 질환을 말합니다.

## 1. 증상

위식도역류질환의 전형적인 증상은 가슴쓰림이나 산 역류입니다. 가슴쓰림은 대개 명치 끝에서 목구멍 쪽으로 치밀어 오르는 듯한 타는 느낌, 화끈거림, 쓰림, 불쾌감 등을 말합니다. 하루 중 언제나 증상이 생길 수 있지만, 주로 식사 후 혹은 누운 자세에서 심해지는 것이 중요한 특징입니다. 흔히 속쓰림과 혼동되기도 하는데 이는 기능성 소화불량이나 위십이지장 궤양에서 자주 나타나는 증상으로, 식사 전 즉 공복 시 명치 부위에 증상이 심해지는 경향이 있습니다. 산 역류는 시고 쓴 액체 혹은 음식물 등이 식도나 입으로 올라오는 것을 말합니다. 때로는 가슴 통증, 음식이 걸린 듯한 느낌이 동반되기도 합니다. 위식도역류질환은 구토, 위장관출혈, 반혈, 체중감소, 삼킴 곤란 등의 경고 증상이 없으면서, 위의 전형적인 증상이 있는 경우 진단할 수 있습니다. 또한 위식도역류질환 환자는 그 외에도 흉통이나 만성기침, 선 목소리, 목 이물감 등의 비전형적 증상을 호소하기도 합니다.



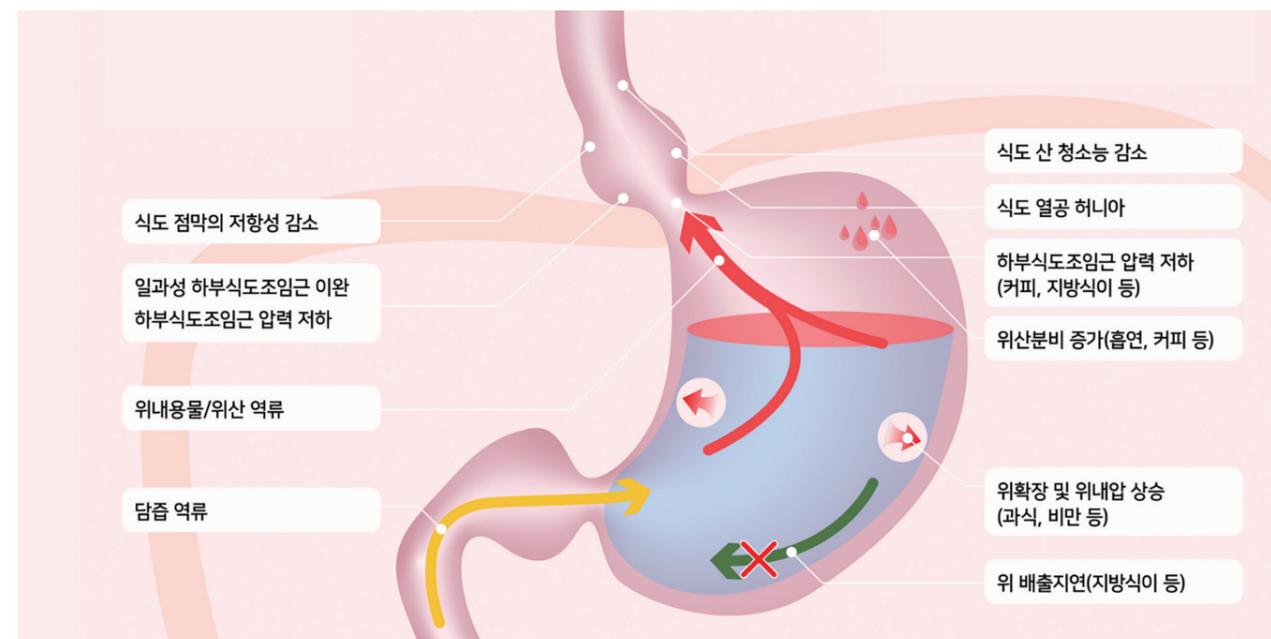
## 2. 원인

위식도역류질환의 원인은 위 내용물의 양적 증가, 위 내부 압력 및 복압 증가, 하부식도괄약근 압력 감소, 식후 산주머니 형성 등입니다. 다량의 음식 섭취, 위 안에서의 정체 등으로 위 내용물이 증가된 상태로, 소화되거나 십이지장으로 배출되지 못하면 식도로 역류할 수 있습니다. 특히 눕거나 구부리는 자세로 인해 위 내용물이 식도 가까이 위치하면 역류가 잘 일어납니다. 또한 비만, 임신, 복수, 복대 착용, 잦은 기침 등으로 위와 복강 내 압력이 증가하면 역류가 잘 일어납니다. 식도와 위 사이에는 위 안의 내용물이 거꾸로 식도로 넘어오지 못하게 역할을 하는 식도괄약근이 존재합니다. 정상인에서는 이 식도괄약근이 음식을 삼킨 후와 트림할 때만 열리고 그 외에는 조여져 있는 상태가 유지되는데, 식도괄약근의 조이는 힘이 약하거나 부적절한 때 열리면 위 액이나 음식물 등 위의 내용물이 식도로 역류하게 됩니다. 산역류 증상은 식후에 가장 현저하게 나타납니다. 일반적으로 식후에는 음식물에 의한 위산의 중화로 위내 산도가 높아지나, 역설적이게도 위 식도접합부의 직하부는 위산도가 현저히 낮아져 산주머니(acid pocket)를 형성하게 되어 위산의 역류가 더 심해지게 됩니다. 또한 위식도위 접합부가 횡경막보다 위에 위치하는 구조적인 변화인 식도열공탈장이 동반되어 있는 경우에는 산주머니가 횡경막보다 위쪽에 위치하게 되어 횡경막으로 인한 역류억제기능이 약화됩니다.



글·사진 | 정해선 교수  
삼성서울병원 건강의학본부 소화기내과

## 위식도역류질환 발생기전



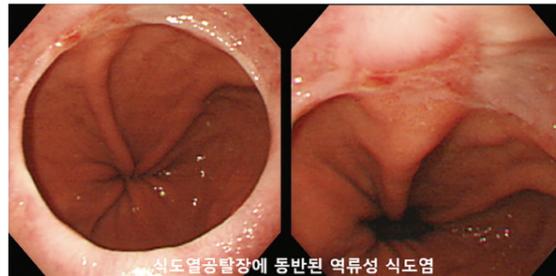
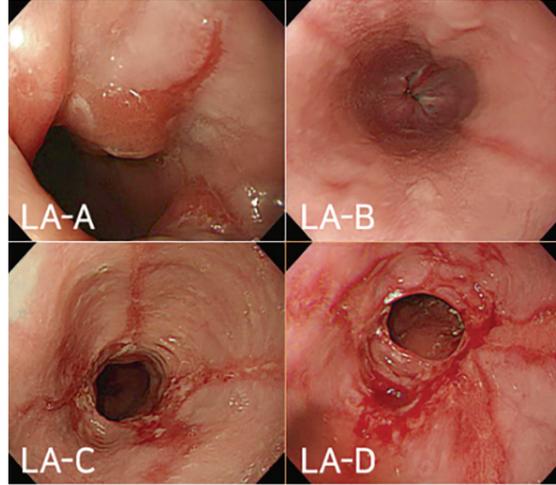
### 3. 진단

위식도역류질환을 진단하기 위해서는 내시경 검사, 24시간 식도 산도 검사, 식도 내압 검사 등을 시행합니다.

위식도역류질환은 내시경에서 점막결손이 관찰되는 미란성 역류질환(erosive reflux esophagitis, ERD)과 점막결손이 발견되지 않으나 전형적인 증상이 있는 비미란성 역류질환(non-erosive reflux disease, NERD)으로 구분하며, 미란성 역류질환은 그 정도에 따른 Los Angeles 분류에 따라 A-D 단계로 나눕니다.

점막결손의 전형적인 내시경 소견은 편평-원주상피 접합부(squamo-columnar junction)에서 시작하여 식도의 근위부로 올라가는 선상 미란입니다. 그러나 실제 위내용물 역류나 증상의 정도가 점막결손의 크기 및 정도와 항상 비례하는 것은 아닙니다.

위식도역류질환을 진단하는 과정에서 식도암, 위암, 소화성 궤양 등 다른 기질적 질환을 배제하는 것 또한 중요합니다. 이를 위해 우선 내시경 검사를 시행하고, 동시에 식도염의 정도와 합병증 유무 등을 확인하게 됩니다. 내시경에서 육안적인 미란성 식도염이 없는 경우 양성자펌프억제제를 투여하여 치료 반응을 보는 것 또한 위식도역류질환의 진단 시 흔히 시행되는 방법이기도 합니다.



식도염공탈장에 동반된 역류성 식도염

#### 위식도역류질환을 유발하는 음식을 대체하는 TIP



### 4. 치료

위식도역류질환의 치료는 이를 유발하는 생활습관을 교정하는 것에서 시작합니다.

과식이나 야식을 피하고, 식후 바로 눕지 않아야 합니다. 또 위식도괄약근의 압력을 낮추는 기름진 음식, 음주, 흡연, 카페인(커피, 홍차, 초콜릿 등), 페퍼민트 등의 음식을 피하도록 합니다. 과일류에서는 오렌지나 레몬 등 감귤류, 파인애플, 토마토, 포도 등 신맛 나는 과일들을 피하고 대신 바나나, 메론, 배 등 신맛이 적은 과일류를 드시는 것이 좋습니다. 주스, 토마토, 탄산음료 등도 식도 점막을 자극할 수 있어 피하는 것이 좋습니다. 그 외 다른 질병으로 사용하게 되는 칼슘길항제, 항콜린제, 테오필린, 통풍약, 수면제 등도 위식도괄약근의 압력을 낮출 수 있습니다.

비만인 경우 체중감소가 도움이 되며, 복압이 증가되지 않도록 몸에 끼는 옷을 피하고 꾸그려 앉거나 상체를 숙이는 것을 피하는 것이 좋습니다. 증상이 심한 경우 취침 시 침대의 상체 부분을 올려서 자는 것이 도움이 됩니다.

이런 생활습관 교정도 증상이 호전되지 않는 분들은 약물치료를 고려합니다. 대개 양성자펌프억제제 등의 위산분비억제제나 식도와 하부식도괄약근의 운동성을 조절하는 약제 등을 사용합니다. 그리고 이런 치료에도 호전이 없는 심한 역류질환의 경우 수술적 치료를 고려할 수도 있습니다.

### 마치며

위식도역류질환은 감기처럼 한 번 치료하고 증상의 호전을 경험했다고 해서 완쾌되는 질병이 아닙니다. 오히려 당뇨나 고혈압처럼 평생 관리가 필요한 질환입니다. 따라서 위에 언급한 대로 생활습관을 교정하고, 교정된 생활습관을 평소에도 지속적으로 잘 지켜나가는 것이 무엇보다 중요하겠습니다.

#### 위식도역류질환에 도움이 되는 식생활 습관



# 제철음식은 맛있다, 그리고 건강하다



겨울의 추위를 이기고 나온  
쑥의 기운이 담긴 쑥개떡,  
여럿이 모여 먹으면 더 맛있다

계절이 담긴 밥상에  
맛과 건강이 함께 있다

가능하면 작은 냉장고 하나만 사용해서 살아야 된다고 생각한다. 그렇지만 그건 머릿속 생각일 뿐 실제로 나는 다른 사람들보다 더 많은 냉장고를 사용하면서 살고 있다. 오래 두고 먹고 싶고, 오늘 다 먹지 못해 남긴 것은 다음에 먹기 위해 냉장실이나 냉동실에 저장해두기 때문이다. 그리고는 바로 잊어버린다. 그러다 그 냉장고 속 깊숙한 곳에 있던, 기억도 가물가물한 음식과 식재료들이 음식물 쓰레기가 되는 시점이 오게 된다. 이쯤되면 죄책감이 나를 몰아부친다. 냉장고 정리를 할 때마다 매번 반성하고, 새로운 다짐을 하지만 개선되지 않고 늘 반복되는 일이다. 이 글을 쓰는 오늘도 또 반성을 한다. 고질병이다.

농사를 기반으로 살았던 외가에서는 농작물이 나오면 우선 내다 팔고 남는 것을 집에서 드셨다. 그중 일부를 이웃과 나누고 또 이웃으로부터도 그렇게 나눔을 받으셨다. 냉장고 없이 살던 시절의 기억이다. 팔고, 먹고, 나누고도 남는 것은 말리거나 소금에 절여 저장해두고 1년을 먹었다. 조금 불편하고, 조금 덜 먹는 식생활이었던 것 같다. 조금 부족하지만 이웃과의 나눔에서 저절로 풍성해지는 식생활이기도 했다.

김치냉장고가 처음 나왔을 때 무척 사고 싶었다. 남편이 가윗돈이 생겼다고 사주었는데, 김치를 자주 담그지 않아도 되어 좋았던 기억이 아직도 생생하다. 결혼을 하면서 그 당시 제일 컸던 370L짜리 냉장고를 샀지만 여름이 되면 눈물이 날 지경이었다. 김치통 들어갈 자리가 없으니 직장 생활을 하는 사람이 이삼일에 한번씩 김치를 담는 전쟁을 치렀기 때문이다. 찬 샘물에 김치단지를 넣어두던 때에 비하면 천국이었지만, 김치가 시어져서 어쩔줄 몰라했던 때라 김치냉장고의 등장은 신세계 그 자체였다.

그러나 그도 잠시였다. 김장김치가 일년내내 냉장고에 있으니 제철 김치 담그는 행동이 게을러졌다. 김치냉장고에는 먹다 남은 철 지난 김치들이 쌓여가고 새김치 들어갈 자리가 없어졌다. 결국 지난 김치는 버리게 되는 악순환이 시작된 것이다. 물론 묵은지의 맛을 무시하는 것은 아니다. 묵은지가 맛있다고 일년내내 삼시세끼로 묵은지를 먹지는 않으니 새김치가 필요해졌다. 묵은지만 먹다가 새김치를 먹으면서 느끼는 신선함이란... 새김치는 새로 담은 김치이기도 하지만 제철에 나오는 제철 김치거리로 담그는 새로운 맛의 김치를 말한다. 김장김치가 떨어질 무렵에 나박김치를 담그고, 나박김치를 담가 먹다 부추가 올라오면 부추김치를 담근다. 그 무렵 돌나물도 올라오니 월동무를 더해 돌나물김치를 담그기도 한다. 제철 재료로 담그는 김치의 이어달리기를 하면서 1년이 흐른다. 우리의 몸은 그렇게 제철에 나오는 재료들로 만들어진다.



글·사진 \_ 고은정  
북쪽 지리산 뱀사골 인근의 맛있는 부엌에서 제철음식학교, 시의적절약선학교, 우리장학교, 김치학교 등을 운영한다.

새김치는 새로 담은 김치이기도 하지만 제철에 나오는 제철 김치거리로 담그는 새로운 맛의 김치를 말한다



나는 북쪽 지리산 인근에서 십여년 째 제철음식학교라는 프로그램을 운영하고 있다. 그러니 제철음식이 무엇이나는 질문을 자주 받는다. 초기엔 제철에 나오는 식재료로 만드는 음식, 건강해지는 음식이라고 얼버무렸던 것 같다. 그러나 이제는 나도 제법 정리가 되었다. '자연의 속도로 자라는 재료'라는 말을 사용하게 되었다. 거기에 더해 '1년을 기다렸다 먹는 음식'이라고도 말할 수 있게 되었다. 제철의 재료가 주는 맛을 경험하면 진심으로 1년이라는 시간을 기꺼이 기다릴 줄 아는 사람이 된다. 봄기운 난만한 어느 날에 먹는 두릅이 맛있다고 냉동을 해두는 분들께 여쭙는다. 과연 여름에 그 두릅을 꺼내 먹기는 하는지, 그렇게 꺼내 먹는 두릅이 맛있기는 했는지. 나는 냉동실에서 꺼낸 봄나물들이 한번도 맛있어 본 적이 없었다. 봄에 맛있었던 두릅은 내년을 기억해야 한다. 그 맛은 그 봄이었기에 가능했던 것이다. 겨울에 오이나 수박을 먹자고 비닐하우스를 지어 가운을 하면서 키울 일은 아닌 것이다. 자연의 속도로 나오는 제철음식을 먹으면 우리만 건강해지는 것이 아니라 지구도 건강해진다, 모두가 건강해진다.

제철에 먹는 식재료는 특별히 더 싸고, 더 많이 나오고, 더 맛있다. 제철이 아닌 때 귀하다며 비싸게 식재료를 구해 먹을 이유가 없다. 겨울에 먹는 수박이 우리 몸을 더 건강하게 하지 않는다. 여름에 흔하고 저렴한 호박이 오히려 우리 몸을 더 건강하게 만든다. 쓴 게 비지떡이라는 공식이 제철식재료에서는 통용되지 않는다.



- 여름에 흔한 채소친구들, 더울 때 먹어야 좋은 채소들이다
- 첨가물 없는, 직접 담근 우리장으로 밥상을 차리다보면 저절로 계절의 흐름을 느끼게 된다

가을에 깎아 말린 곱감은 맛있는 감을 오래 두고 먹을 수 있는 최적의 방법이다. 저장성이 올라가면 따라서 맛도 올라가고, 그러면 건강에도 좋다



제철에 나오는 채소와 과일들로 모여서 먹는 밥상은 웃음이 덤으로 와서 더 건강해진다



며칠 전 나는 1점(100개)의 오이지를 담갔다. 분명히 모자라 다시 한번 담가야 할 것이다. 오이지가 맛있다고 나눠받기를 원하시는 분들을 위해서다. 요즘 나오기 시작하는 햇오이들이 아주 맛있다. 흐르는 물에 씻어 껍질째 한입 베어물면 과일을 먹는지, 채소를 먹는지 구분이 안 가게 달고 맛나다. 일하다 지칠 때는 생으로도 먹고, 무치거나 볶아서 반찬으로 상에도 올린다.

여름 반찬 중 최고는 오이지와 오이소박이다. 오이소박이는 여름에 몇 번 조금씩 담가 빠르게 먹어치운다. 오래 두고 먹으면 탈색이 되면서 물러지고 맛이 덜하기 때문이다. 오이지는 한꺼번에 많이 담가 무쳐서 먹거나 물을 부어 시원하게 먹는다. 여름이 가고 아직 남은 오이지가 있다면 (나는 일부러 남기지만) 하루이틀 꾸덕하게 말려 장항아리 속에 깊숙이 박아놓는다. 신선한 오이가 없는 겨울에 꺼내 송송 썰어 무치면 이것이야말로 밥도둑이다. 오이를 통에 담고 소금물만 끓여 부으면 되는 아주 쉬운 김치의 원형이 바로 오이지다. 오이가 싸고 흔할 때 충분히 먹고 겨울엔 참을 줄 아는 사람으로 산다.

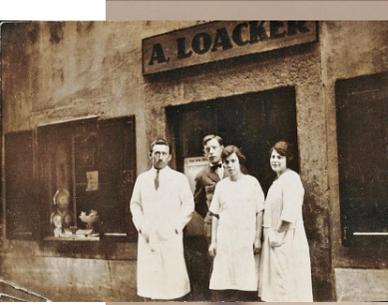


잉여농산물의 저장 방법 중 말리기. 가을엔 가지나 호박을 말려 겨울을 대비한다

잉여농산물이나 잉여수산물을 소금에 절이고 말려 장에 넣어두는 윗대 어른들의 지혜에 큰 깨달음을 얻는다. 냉장고에 오래 두고 나 혼자 맛있게 먹자고 하는 현재의 나와 다르게 나눔 속에서 오히려 풍요를 즐겼던 선조들의 식생활에서 많이 배운다. 그래서 자주 냉장고를 비우려 하고 이웃들과 나누려고 애쓰면서 산다.

겨울에 건강에 좋다고 굴을 냉동해 둘 게 아니다. 안달나게 봄을 기다리게 하던 참죽나무순도 기껏해야 김치를 담가 시간을 조금 늘려 먹는 게 고작이다 나는, 가을무가 아무리 달고 맛있어도 김장에 충분히 넣고 겨울내내 무밥, 무나물, 무생채 등을 해먹는 것으로 감사하며 산다. 흔하게 나올 때 맛있게 먹고 다음 계절을 기다리는 사람이 되기로 했다. 봄의 새싹과 새순들이 모진 겨울을 이기고 나왔으니 그 생명력이 나를 키울 것이고, 무더위에 푸르게 자란 채소들이 우리가 느끼는 무더위를 이기게 해줄 것이라 그렇게 살기로 했다.

계절이 바뀔 때마다 환절기라며 몸이 피곤하고 아픈 것을 당연해하지 말아야 한다. 봄·여름·가을·겨울, 사계절의 기운이 담긴 맛있는 음식들로 건강을 지킬 수 있다. 제철음식을 먹으면 제철의 그 맛있음이 건강이라는 이름으로 우리에게 온다. 제철음식, 100세 건강을 위해서라도 우리 모두 함께 즐길 일이다 반드시 꼭. 



L o a c k e r

## 로아커, 달콤함 너머의 이야기

전 세계 수많은 사람들이 사랑하는 과자! 우리나라에서도 흔하게 볼 수 있는 과자 브랜드 로아커가 올해로 100주년을 맞이했다. 로아커는 주로 초콜릿과 웨이퍼 과자류를 제조하는 회사로 1925년 이탈리아 볼차노(Bolzano) 시내 중심 작은 가게에서 시작해 100년이 지난 지금은 누구에게나 익숙한 세계적인 브랜드로 성장했다. 기업명은 창립자인 알폰소 로아커(Alfonso Loacker)에서 따온 것이다.

창립 당시 그에게는 하나의 고민이 있었다. 그는 바로 축구팀의 미드필더였고, 주말이면 경기에 출전해야만 했다. 하지만 제과점은 주말이 가장 바쁜 시기이고, 손님 수요도 폭증할 수밖에 없었다. 그래서 알폰소는 하나의 묘안을 생각해내는데, 그 해답은 바로 신선함을 오래 유지하면서, 미리 만들어 둘 수 있는 웨이퍼(Wafer, 웨하스 류의 얇고 바삭한 겹과자)를 만드는 것 이었다. 세 명의 직원이 함께 일하던 작은 제과점은 볼차노 최초의 웨이퍼를 탄생시켰고, 이후 날개 포장 스낵으로 제품화되며 로아커의 신화가 시작된 것이다. 1958년 창립자의 아들인 아르민 로아커가 생산 책임자로 합류하게 되고, 10년 뒤에는 여동생 크리스틴 로아커까지 합류하면서 본격적인 가족 경영 체제가 확립되었다. 이렇게 로아커는 단순한 스낵 브랜드가 아닌 가족의 전통과 창의성 그리고 생활 속의 달콤함이 어우러진 100년 전통 유럽 디저트 문화의 상징으로 성장하게 된다. 지금은 1,000천명이 넘는 직원이 함께 하고 있

며, 1974년에는 공장을 해발 1,000m에 위치한 아우나 디 소토(Auna di Sotto)로 이전하게 되는데, 이는 '좋은 것은 맑은 공기 속에서 만들어진다'는 창립자의 고집스러운 철학을 지키기 위함이었다. 신선하고 공기가 깨끗한 알프스 자연 한가운데에서 천연 고품질의 재료로 만들며, 인공 향료를 첨가하지 않는 것은 물론이고 2021년부터는 초콜릿 생산도 자체 공장에서 직접 하기 시작했다. 최근에는 '피우 케 부오노(Più che buono) 맛 그 이상!'이라는 브랜드 캠페인을 발표, 원재료 조달부터 포장에 이르기까지 모든 생산 과정에서 친환경 전환을 추진하겠다고 밝히면서 친환경 시대에 발맞춘 브랜드 재도약에 나서고 있다.

## 로아커 로고의 상징! 솔레른 산

로아커의 100년 여정에서 그 시작점이 된 이탈리아의 '볼차노'라는 도시를 빼놓을 수 없다. 아름다운 돌로미티 산맥의 품에 안겨 있어 청정한 자연환경을 자랑하며, 바로 이 맑은 공기와 풍요로운 자연이 로아커 웨이퍼의 첫 맛을 탄생시킨 배경이 되었다. 로아커 로고에 있는 솔레른 산(Schlern, 이탈리아어로 Sciliar)은 볼차노 지역의 대표적인 상징으로, 로아커가 처음 공장을 지어 지금까지도 제품을 생산하는 알프스 고지대의 풍경을 시각적으로 보여주고 있다.

## 로아커 100주년의 여정



글·사진 \_ 김혜지  
유료자전거나라 이탈리아



출처: 로아커 홈페이지



로아커 본사



출처: 로아커 홈페이지



솔레른 산

출처: 위키피디아



출처: 공식 홈페이지

볼차노 시내에서 출발하는 레네 케이블카(Funivia del Renon)를 타면 단 십여분 만에 해발 1,200m 이상 고지대인 소프라볼차노(Soprabolzano)에 도착한다. 올라가는 동안에도 케이블카 안에서 솔레른 산의 웅장한 실루엣이 점점 시야에 들어오고, 정상에 가까워질수록 그 형태가 더욱 뚜렷해진다. 소프라볼차노 마을은 돌로미티 자연 속에서도 특히 평화롭고 조용한 분위기로 사랑받고 있다. 돌로미티 산군의 파노라마를 감상하거나, 고원 철도를 타고 목초지를 따라 달리며 창밖으로 펼쳐지는 알프스의 풍경을 바라보기도 좋다.

## 로아커의 고향 볼차노

로아커는 브랜드 100주년을 맞이해 고향 볼차노 산책로에 자전거길을 따라 100그루의 나무를 심으며 환경을 위한 헌신과 도시에 대한 존중을 표현하기도 했다. 이처럼 브랜드의 철학과 정체성 그 자체인 볼차노는 이탈리아와 오스트리아의 문화가 어우러진 독특한 분위기의 도시이며, 독일어로는 보젠(Bozen)이라고 불린다. 남티롤(Südtirol) 자치주의 중심지로서 두 문화가 공존하는 이중 언어 지역이기도 하다. 이곳 카페에서는 독일식 사과 디저트 스트루델(Strudel)과 이탈리아식 에스프레소가 한 테이블에 나란히 올라온다. 뿐만 아니라 거리의 표지판이나 간판, 신문에도 이탈리아어와 독일어가 함께 쓰인다. 알프스의 품에 안겨있는 볼차노는 아름다운 자연 못지 않게 역사적으로도 풍요로운 도시다. 수천 년 전 선사시대부터 인류의 삶이 이어져온 흔적을 품고 있으며 중세 상업 도시로 성장한 이후에도 다양한 민족과 문화가 오고 간 역사의 교차로였다. 중세의 아케이드 거리를 따라 걷다 보면 어느새 파시즘 시기의 합리주의 건축물이 등장하고, 바로 옆 골목에는 고딕풍 종탑이 하늘을 찌른다. 마치 깎아지른 돌로미티 지역 돌산의 모습을 닮은 것도 같다. 작가 귀도 피오베네(Guido Piovene)는 이 도시에 대해 이렇게 말했다. “볼차노는 부유하고 현대적이지만 그 아름다움은 고딕이다.” 볼차노 고딕 양식의 정수를 볼 수 있는 건축물은 대표적으로 두



볼차노 두오모

오모가 있다. 정식 명칭은 chiesa di Santa Maria Assunta(성모 승천 대성당)으로, 발터 광장(Piazza Walther) 정면에 위치해 있다. 볼차노의 역사적 정체성을 상징하는 건축물로 로마네스크에서 시작해 고딕 양식으로 완성되었다. 성당은 붉은 사암으로 지어져 볼차노 도시의 색깔과 자연스럽게 어우러지며 지붕은 초록색과 황금빛 모자이크 타일로 장식되어 햇빛을 받을 때마다 고딕 건축 특유의 하늘로 향하는 영적 상승감을 강조한다. 밀라노의 고딕양식 성당인 두오모는 권위적이지만 볼차노의 두오모는 도시 풍경과 조화를 이루며 사람들의 일상 속에 스며든다.



볼차노 발터 광장



볼차노 기차역

### 이탈리아에서 가장 아름다운 크리스마스 마켓

볼차노는 이탈리아에서 가장 아름답고 오래된 크리스마스 마켓 중 하나로 남티롤 지역의 전통과 독일, 오스트리아 문화의 영향을 받은 따뜻한 겨울 축제다. 계피향과 달콤한 디저트, 나무 오두막집의 다채로운 색깔, 수천개의 크리스마스 조명이 어우러져 차가운 날씨임에도 불구하고 따뜻한 분위기를 자아낸다. 많은 사람들이 기다리는 이 행사는 볼차노의 중심 발터 광장과 인근의 크리스마스 공원까지 확장되어 제법 큰 규모로 열리고, 일반적으로 11월 말부터 이듬해 1월 6일까지 운영된다. 대표적인 먹거리는 따뜻한 글뤼바인(Glühwein, 뱅쇼), 사과 스트루델, 구운 밤, 프레첼, 지역 치즈와 남티롤식 소시지와 빵 등이 있다. 거리의 불빛과 사람들의 활기찬 웃음, 고요한 눈발과 고딕 양식의 두오모가 어우러진 곳에서 가장 아름다운 겨울의 한 장면을 마주할 수 있다.



로아커의 100년 여정은 단순한 기업의 성공 스토리에 머물지 않는다. 그것은 볼차노라는 도시가 지닌 역사와 자연의 숨결, 사람들의 손끝에서 전해진 정성이 쌓여 이룬 하나의 결정체다. 돌로미티의 순수한 공기 속에서 출발한 로아커는 알프스 고지에서 탄생한 만큼 투명하고 단단한 철학을 지켜왔다. '좋은 것은 맑은 공기 속에서 만들어진다'는 믿음 아래 인공적인 첨가 없이 자연 그 자체를 품은 맛을 고수했고, 그 정신은 오늘날 친환경과 지속 가능성이라는 현대적 가치와도 닿아 있다.

### 돌로미티의 거점마을 볼차노

이탈리아 알프스 돌로미티 서부지역의 거점마을이기도 한 볼차노는 이탈리아 주요 관광도시에서 고속기차로 편안하게 이동할 수 있다. 볼차노 기차역 바로 옆에 위치한 버스터미널에서 1시간에 1대 있는 165번 버스를 타고 약 27분 이동하면 로아커 본사 앞에 내릴 수 있다. 

### Train

로마	고속기차 약 5시간 10분	볼차노
피렌체	고속기차 약 3시간 20분	볼차노
베네치아	베로나에서 1회 환승 약 3시간 10분~30분	볼차노
밀라노	베로나에서 1회 환승 약 3~4시간	볼차노



볼차노 버스 정류장  
(버스정류장 이름도 Loacker)



이를 뽑는 사람 / The Tooth-Puller

얀 스테인

캔버스에 유화, 32.5x26cm, 1651년, 마우리츠호이스

# Jan

17세기 유럽 치과 의사,  
얀 스테인의 '이를 뽑는 사람'



글·사진 \_ 진병관  
프랑스 공인 문화 해설사

# Steen

마을 광장에서 어린 소년이 치통 치료를 받고 있다.

어찌나 크게 소리를 지르는지 무리 지어 놀던 아이들과 굴렁쇠를 굴리던 아이, 지나던 사람들이 몰려들어 소년의 모습이 재밌다는 듯 구경하고 있다.

소년은 오만상을 찡그리고 주먹을 불끈거리며 아픔을 참아보려 하지만, 다리가 절로 들썩일 정도로 견딜 수 없어 보인다. 애꿎은 양말만 의자 못에 걸려 늘어나는 모습이 안쓰럽다가 우스꽝스럽기도 하다.

모두가 아이를 보고 웃고 있지만 한 여인만은 예외다. 소년의 어머니로 보이는 이는 아이가 괜찮을까, 걱정스러운 얼굴로 깍지 낀 손을 내려놓지 못하고 애처롭게 아이를 바라보고 있다.

하지만 소란스러운 상황에서도 치료하는 남자는 이 모든 상황이 익숙한 것 같다. 아이가 움직이지 못하도록 팔을 의자에 묶어두고는 무덤덤한 표정으로 쇠집게를 입에 넣어 충치를 뽑고 있다.

아이 옆에 놓인 빈 맥주 통에는 약병과 치료 도구들이 놓여있고 공식 문서처럼 보이는 왁스 인장이 달린 서류가 널빤지 끝에 걸쳐 있다. 1651년이라는 연도와 함께 'Carolus Com'이라는 문구가 적혀 있는데, 어떤 카롤루스 백작(Comte)이 증명서를 발급한 것으로 보인다.

그는 자신이 누군가에게 인증받은 존재라는 것을 알리고 싶었던 것 같다.

17세기 유럽에는 지금과 같은 치과 의사라는 직업은 당연히 존재하지 않았다. 당시에는 특이하게도 이발사가 지금의 외과 의사, 치과 의사 역할을 했다. 이 전통으로 만들어진 것이 이발소의 표시등이다. 요즘은 잘 보이지 않지만, 이발소 입구에 놓인 빨간색, 파란색, 흰색으로 빙글빙글 돌아가던 세 가지의 색이 각각 동맥, 정맥, 봉대를 의미한다. 누군가의 목숨을 구하는 수술 행위를 천한 일로 치부해 이발사가 겸업하게 했더니 당시 치통을 앓던 이들의 고충이 이만저만 아니었을 것 같다.

치과 진료는 18세기가 되어야 프랑스의 피에르 포샤르(Pierre Fauchard)에 의해 독립된 의학 분야로 발전했고, 19세기에 마취제의 발명으로 치료의 혁신이 일어난 것으로 알려져 있다.

익살스러운 그림을 그린 화가 얀 스테인은 1626년 네덜란드 남부 라이덴 출신으로 선술집과 양조업을 운영하던 가정에서 태어났다.

화가의 인생에 대해 세세하게 알려진 것이 많지는 않지만, 적은 기록에 의하면 유명 풍경화가 '얀 판 호이엔'의 제자로 스승의 딸과 결혼해 양조장과 여관업을 운영하며 화가로도 활동한 것으로 전해진다.



즐거운 가족 / The Merry Family

얀 스테인

캔버스에 유화, 110.5x141cm, 1668년, 암스테르담 국립미술관

16세기 중반, 네덜란드는 신성 로마제국과 합스부르크 왕가의 지배하에 있었다. 스페인의 왕 필리페 2세가 신교도들을 박해하며 무거운 세금을 부과하고, 자치권을 억압하자 네덜란드는 1568년부터 독립을 위한 전쟁을 치른다. 이후 전황은 유럽 내 패권전쟁으로 확대되어 극도의 혼란 끝에 1648년 베스트팔렌 조약으로 마무리된다.

80년이란 긴 저항 끝에 네덜란드는 드디어 완전한 독립을 인정받으며 근대 국가 형성을 이룬다. 그리고 17세기 해상무역과 금융, 과학, 예술 등에서 황금기를 맞이한다.

특히 미술 시장은 과거의 왕, 귀족, 교회가 아닌 성공한 시민 계급이 큰 손으로 떠오르며 과거 종교화나 역사화와 같은 전통적인 회화는 진부하다고 여겨지고, 풍속화, 정물화, 초상화 등 자신과 가까운 친근한 주제를 그린 작품들이 유행하게 된다.

이 황금기에 활동했던 예술가들이 렘브란트 반 레인, 프란스 할스, 요하네스 페르메이르 그리고 얀 스테인 등이다.

그중 얀 스테인은 선술집, 시끌벅적한 가정, 마을 행사 등 일상에서 영감을 받은 풍속화를 주로 그린 화가다. 아버지와 본인도 양조업자 겸 선술집을 운영했기에 그의 그림에는 술집, 여인숙의 장면이 자주 등장하는 것도 특징이다.

화가의 유명세로 인해 실제 네덜란드에서는 “Een huishouden van Jan Steen”을 직역하면 “얀 스테인의 가정(like a Jan Steen painting)”이라는 관용구를 사용하는데, 실제 의미는 아주 어수선하고 엉망진창인 집안 또는 혼란스러운 가정의 모습을 뜻한다고 한다.

그의 작품은 유머와 풍자가 가득해 마치 한 편의 연극 장면이 펼쳐지는 것 같은 느낌을 받는다. 또, 재미만으로 그치지 않고 일상 속 지나침에 대한 교훈을 담은 내용도 많아 지금까지도 관람자에게 큰 재미와 감동을 주는 화가다.

<이를 뽑는 사람>도 마찬가지다. 자격이 없는 자가 아무것도 모르는 가난한 농촌의 환자를 속이는 모습을 과장적이고 우스꽝스러운 모습으로 그린 풍자화지만, 관람자에게 그들의 사기성과 어리석음을 강조해 웃음과 사회적 메시지를 전달하고 있다. 🍷

# 100 years

올해 서울치과대학이 설립 100주년을 맞이했다.

네덜란드 화가 얀 스테인의 명작 ‘이를 뽑는 사람(The Tooth Puller)’은 과거의 치과 진료의 어려움과 순박하면서도 어리석은 인간의 모습을 익살스럽게 담은 작품이다. 그림 속 진지하지만 어떤 전문성도 없어 보이는 치료자와 아파하는 환자, 그리고 구경꾼들까지, 그림은 당시 치과 진료의 도전과 유머를 동시에 보여준다.

오늘날의 치과 의사들은 과학적 지식과 첨단 기술, 환자에 대한 따뜻한 배려로 많은 이가 안심하고 미소 지을 수 있는 사회를 만들어가고 있다.

오랜 시절의 혼란과 미숙함을 넘어 이제는 우리의 구강건강을 지키기 위해 노력하고 있는 많은 치과 의사 여러분께 존경과 감사의 마음을 전하며, 앞으로도 우리들의 건강한 삶과 밝은 미소를 위해 늘 앞장서 주시길 기원한다.

다시 한번, 서울치과대학이 설립 100주년을 축하한다.

# 추억의 수학여행지 경주

글 \_ 안병덕 편집위원  
사진 \_ 엄찬용 편집위원

이번 탐방지는 지붕 없는 박물관이라고 불리는 경주인데요, 저는 이번이 4번째 경주 방문입니다. 고등학생 때 수학여행으로, 레지던트 때는 학회 때문에, 개업 직전에는(개업하면 웬지 바빠질 것 같아서...기우였습니다ㅠ.ㅠ) 아내와 아이들과 함께 방문했었고, 이번에는 즐거운 치과 생활 탐방을 위해 편집위원들과 함께 방문하게 되었습니다(10대에, 20대에, 30대에 그리고 40대에 각각 1번씩 방문했으니까, 대략 10년에 1번꼴로 방문한 셈이 되네요). 자주 다녀왔다고 할 수는 없지만 경주는 매년 좋은 기억으로 남는 것 같습니다. 고풍스러운 건 물론이고, 변하지 않는 것 같으면서도 은근히 세련되게 변해가는 것 또한 경주의 매력인 것 같습니다. 이번 탐방도 비가 부슬부슬 오고 바람도 제법 부는 곳은 날씨였지만 즐거운 추억을 만들고 돌아왔습니다.

토요일 진료를 마치고 서둘러 서울역에 모여서 KTX를 타고 경주로 향했습니다. 여행에 대한 기대와 설렘으로 왠지 지끈 따들다가 열차 안에서 혼나기도 하고, 이런저런 주전부리를 맛있게 먹으면서 부푼 마음으로 경주로 향했습니다. 벚꽃이 예쁘기로 유명한 경주이기에 벚꽃이 늦게까지 남아서 우리를 기다려 주길 바랐지만, 야속하게 내리는 비 때문에 며칠 전까지 예쁘게 피어 있던 벚꽃이 다 떨어진 건 너무 아쉬웠습니다.



야경이 너무나 아름다운 동궁과 월지



전등이 켜지기 전의 동궁과 월지

제일 먼저 찾은 곳은 동궁과 월지였습니다. 지난번 방문 때는 안압지였는데, 이번에 방문해 보니 이름이 바뀌었더라고요. 평소에는 왕자들이 거처하는 동궁으로 사용하다가 나라에 경사가 있거나 귀한 손님이 올 때 이곳에서 연회를 베풀었다고 하는데, 신라시대 때 월지(달이 비치는 연못)라고 불린 장소로 확인되어 2011년부터 '동궁과 월지'라는 이름으로 변경되었다고 합니다. 경주에서뿐 아니라 우리나라에서 야경이 예쁘기로 유명한 곳이기에 저녁이 되면 야경을 감상하러 오는 사람들로 항상 인산인해를 이루는 곳입니다. 저도 10여년 전 야경을 보기 위해 유모차를 끌고 왔다가 사람들에 치이고, 아이들이 즐려서 울고 하는 바람에 제대로 야경을 즐기지 못하고 서둘러 나왔던 아픔의 장소이기도 합니다.

다. 이번에는 다행히(?) 비가 부슬부슬 내리는 덕에 사람이 그렇게까지 많지도 않았고, 경주를 자주 찾는 일행 덕분에 동궁과 월지의 야경을 제대로 느낄 수 있는 곳(복원된 2호 건물의 연못 건너편)에서 야경을 감상했는데, 왜 이곳의 야경이 그렇게 유명한지 알 수 있었습니다. 조명이 켜진 건물들도 예쁘지만, 이 건물들과 풍경이 연못(월지)에 비친 모습은 정말 너무나 아름답습니다.

예쁜 야경도 감상했으니, 이제 출출한 배를 채우러 요석궁 1779를 찾았습니다. 첨성대가 있는 월성지구 옆 최부자집으로 유명한 고촌마을 내에 위치한 식당입니다. 최부자집 내림음식을 기반으로 한식 파인다이닝을 제공한다고 해서 큰 기대를 가지고 방문했는데, 기대만큼 맛있고 멋



잘 가꿔진 요석궁의 정원



아름다운 밤의 월정교

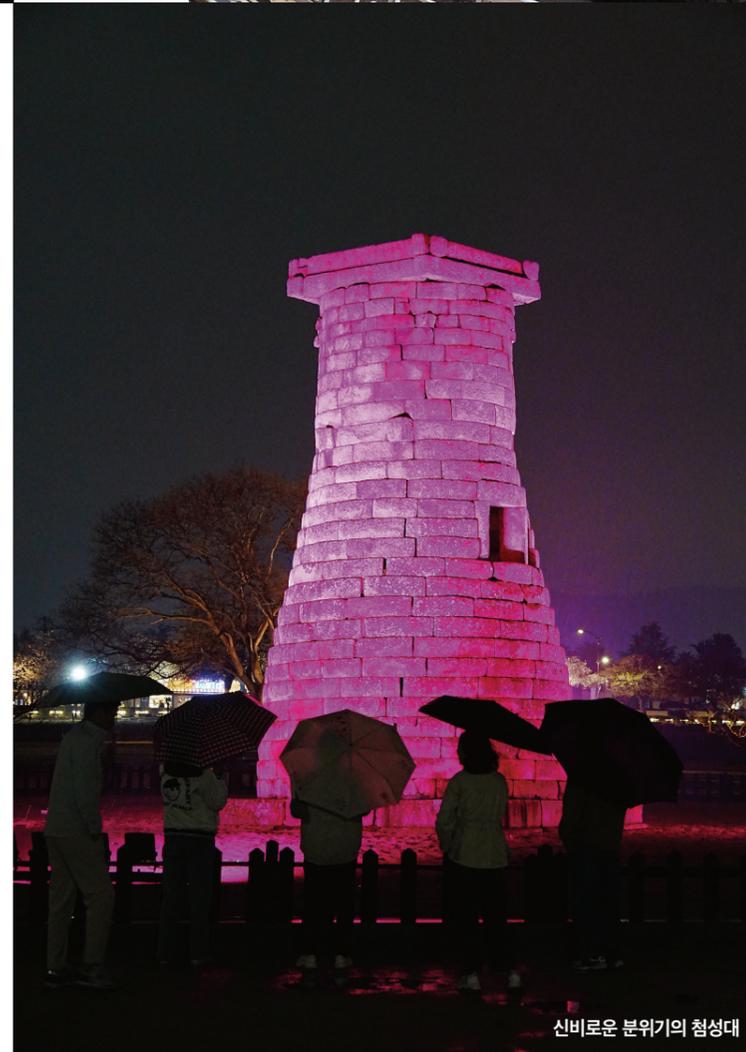
스러운 곳이었습니다. 잘 가꾸어진 예쁜 정원을 지나 멋스러운 한옥 안채에서 식사를 했는데, 음식들도 맛있었지만 이곳에서만 맛볼 수 있는 맥주와 청주도 일품이었습니다(이곳에서만 맛볼 수 있는 막걸리도 있었는데 품절이라 못 마셔본게...ㅠ.ㅠ). 배도 채웠으니 이제 다시 일할 시간, 동궁과 월지만큼 야경이 아름답기로 유명한 월정교로 출발~~!! 식당 바로 옆에 위치하고 있어 저녁식사 후에 산책 겸 둘러 야경도 감상하면 너무 좋을 것 같은 곳입니다. 이때도 다행히(?) 비가 내리고 있어 사람이 많지 않았는데, 경주통인 편집위원 한 분 덕분에 사진 찍기 좋은 장소에서 야경을 감상할 수 있었습니다

(월정교 건너편에 위치한, 그러니까 월정교와 교천교 사이의 자그마한 돌다리를 기억하세요 ^^). 월정교를 지나면 바로 첨성대가 있는 월성지구입니다. 첨성대와 내물왕릉 등의 고분이 있는 곳인데, 이곳을 지나 좀 더 들어가면 천마총 등이 있는 대릉원지구로 연결됩니다. 월성지구도 야경이 아름답기로 유명한 곳인데, 특히 첨성대는 경주의 8색(적, 홍, 황, 녹, 청, 자, 금, 흑색) 조명이 비춰져 신비롭기까지 합니다. 야경이 아름답기도 하지만, 계속 걷다 보면 무덤들 때문인지 왠지 으스스한 느낌이 들기도 합니다(제가 겁이 좀 많은 편입니다...ㅠ.ㅠ).

맛갈스러운 요석궁의 음식들



불국사 석가탑과 멀리 보이는 다보탑



신비로운 분위기의 첨성대



불국사의 겹벚꽃

다음날 아침에 처음으로 들른 곳은 너무나도 유명한 불국사입니다. 불국사를 찬찬히 둘러보며 다보탑과 석가탑을 배경으로 사진도 찍고, 벚꽃 명소인 불국사 진입로도 산책했습니다. 공영주차장에서 계단을 올라 불국사로 향하는 곳이 벚꽃으로 유명한 곳인데, 이번 방문 때는 어제 내린 비로 벚꽃이 모두 떨어져 흐드러지게 핀 벚꽃을 못 본 것이 이번 탐방의 가장 아쉬운 부분이었습니다. 이곳은 일반적인 벚꽃이 진 뒤 2주정도 후에 만개한다는 겹벚꽃(왕벚꽃)으로도 유명한 곳인데요, 이번 탐방 때 만개한 겹벚꽃은 못 봤지만 다행히 막 피기 시작하는 겹벚꽃들은 볼 수 있었습니다. 어느 벚꽃과는 조금 다른, 좀 더 풍성한 느낌의 벚꽃으로 저는 처음 보는 모습이어서 꽤나 신기한 경험이었습니다.



카페에서 바라본 황남동고분군

대릉원지구의 포토존



과거와 현대의 만남, 황리단길



대릉원지구에 들러 대릉원 구경도 하며 포토존에서 사진도 찍었습니다. 전날 저녁때 월성지구의 야경과는 사뭇 다른 낮의 능의 모습이었습니다 (낮에는 다행히 무섭지 않네요 ^^). 과거의 경주만 만나왔으니 이제 현대의 경주와 만날 시간, 바로 대릉원지구와 붙어있는 황리단길입니다. 전날과는 다르게 비가 오지 않기도 했지만, 역시 경주 최고 변화가담게 사람이 많습니다. 황리단길을 걷다 보니 출출해져서 식당을 찾았는데, 사람이 워낙 많아 가보고 싶던 식당은 자리가 없을 것 같기도 하고, 너무 배가 고프기도 해 근처의 괜찮아 보이는 식당에 들어가 맛있는 한 끼를 먹었습니다.

밥도 먹었으니 이제 달다구리를 먹어야겠죠? 월성지구, 대릉원지구 인근을 벗어나 조금 작은 황남동고분군 맞은편에 위치한 카페에 들어가니 짙은 커피향과 달달한 디저트 냄새가 반겨주네요(행복합니다 ^^). 황남동고분군이 잘 보이는 2층에 올라 능을 바라보며 커피와 빵을 먹는 시간도 가져보았습니다.

어느덧 서울로 돌아갈 기차시간이 다 되어서, 제가 너무 좋아하는 경주의 명물 찰보리빵과 황남빵으로 소심하게 플렉스 한 뒤 집으로 돌아왔습니다. 경주를 다녀온 지 두달이 조금 넘었지만, 탐방기를 쓰며 사진을 정리하다 보니 그때의 기억이 새록새록 솟아납니다. 비도 오고 바람도 세게 불어 생각보다 추운 날씨였지만, 곳은 날씨를 잊게할만큼 아름답고 멋진 야경, 맛있는 음식들 그리고 편집위원들과 웃고 떠들었던 즐거운 추억들... 너무나 소중한 시간이었습니다. 이번 가을에는 벚꽃만큼 유명한 가을 단풍을 즐기러 경주에 한번 가보는 게 어떨까요? 🍁



맛있는 음식을 맛볼 수 있는 황리단길 식당 '반듯이'

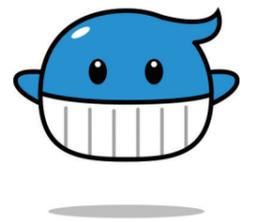


# 창립 100 주년 서울시치과의사회와 함께한 구강보건의 날 이모저모



치아를 닦은 토끼  
견토

칫솔치약 아기고래  
슬치



- ◆ 제80회 구강보건의 날 기념행사
- ◆ 제80회 구강보건의 날 기념 건치아동 선발대회
- ◆ 서울시치과의사회 대학생 홍보단 서울덴탈프렌즈 2기 '불소장생'팀
- ◆ 치아그리기 수상작
- ◆ 네컷 이미지 수상작
- ◆ 서울특별시치과의사회 100년의 발자취



구강보건의 날 홍보대사 조보아 배우와 서울시치과의사회 회장 강현구



코엑스 아셈볼룸에서는 제80회 구강보건의 날 기념식이 열렸다.  
구강보건 유공자 표창수여 (왼쪽부터)  
△ 은평구보건소 **계형욱** 주무관 △ 동대문구보건소 **채보경** 주무관  
△ 서울시보건교사회 **정주민** 회장 △ 서울시교육청 **최경수** 장학사



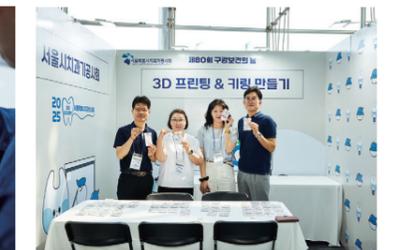
기념식 후에는 코엑스 동문 로비에서 다채로운 시민 참여형 이벤트가 열렸다. - 행사장 전경



구강보건의 날 공식캐릭터 건토와 솔치.  
지난해 캐릭터 공모전을 통해 탄생한 '건토' '솔치'와  
함께 하는 포토존과 캐릭터 인형이 큰 호응을 얻었다.



양치질을 더 편하게 나만의 칫솔 손잡이 만들기  
서울시장에인치과병원



3D프린팅 & 키링만들기- 서울시치과기공사회

서울시치과의사회,  
서울시민과 함께한

축제  
축제  
한마당\*

지난 6월 1일,  
제80회 구강보건의 날  
기념행사 개최  
다채로운 프로그램,  
풍성한 경품으로 웃음꽃 '활짝'

글·사진\_ 이가영 기자



건치아동 수상자들 (왼쪽부터) - 금상 김서정, 장한준 / 은상 김지율, 김수현



치아그림그리기 수상자들  
(왼쪽부터) 우현석, 박서령, 조한별, 김지원



네컷이미지 수상자들  
(왼쪽부터) 김다정, 이송민, 하승민, 최정윤



건치아동들과 수상자들 단체사진



치과위생사와 함께 하는 건강한 치아 만들기 서울시치과위생사회



혈압 및 혈당 체크 서울시간호조무사회



눈으로 직접보는 내 구강건강

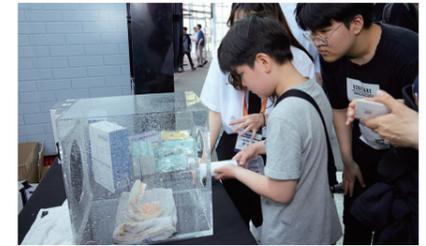
Q-ray 카메라를 통하여 치아 상태를 실시간으로 확인한 후 치과위생사와 1:1 맞춤형 상담을 진행, 시민들이 충치 등 본인의 구강건강 상태를 파악하는 계기를 마련했다.



치치프 - 대학생홍보단 설테프 2기 치치프가 운영하는 부스로 구강보건 관련 퀴즈를 진행한 후 '뽕 없는 뽕기권'을 제공해 풍성한 경품을 증정하였다.



# Dental \* Festival



OSS(Oral Security Service) 대학생 홍보단 설테프 2기 '이음'이 운영한 부스로 △치실 길이 맞추기 △음식물 제거 훈련 △물총 정밀 타격△비밀펜 해독 등 단계별 미션으로 구성된 가족 단위 참가자들에게 큰 호응을 얻었다. 설테프 부스는 준비된 굿즈가 조기 소진될 만큼 인기리에 운영되며 행사장의 열기를 끌어올렸다.



Tooth Pick up! 서울시치과위생사회 인스타그램에 포토 업로드나 팔로우 진행 후 인형뽑기 형식으로 경품을 제공하는 것으로 대기줄이 길게 늘어서 있다.



건토와 솔치가 함께하는 AI 스마일 샷

서울시치과위생사회 강현구 회장은 “최근 ‘구강건강이 곧 전신건강’이라는 인식이 세계 보건의료의 핵심 화두로 떠오르면서 구강보건의 가치는 그 어느 때보다 주목받고 있다. 더 이상 개인의 위생 차원이 아닌 사회적 건강 수준을 결정짓는 과제라 할 수 있다”면서 “서울지부는 구강건강에 대한 사회적 인식이 채 자리잡지 못한 시기부터 국민의 건강한 삶을 지키기 위해 노력해 왔다. 그 100년이라는 시간의 무게를 가슴에 새기며, 앞으로의 100년 또한 초심을 잃지 않고 시민과 함께 호흡하며 건강한 서울, 건강한 대한민국을 만드는 데 최선을 다하겠다”고 전했다.



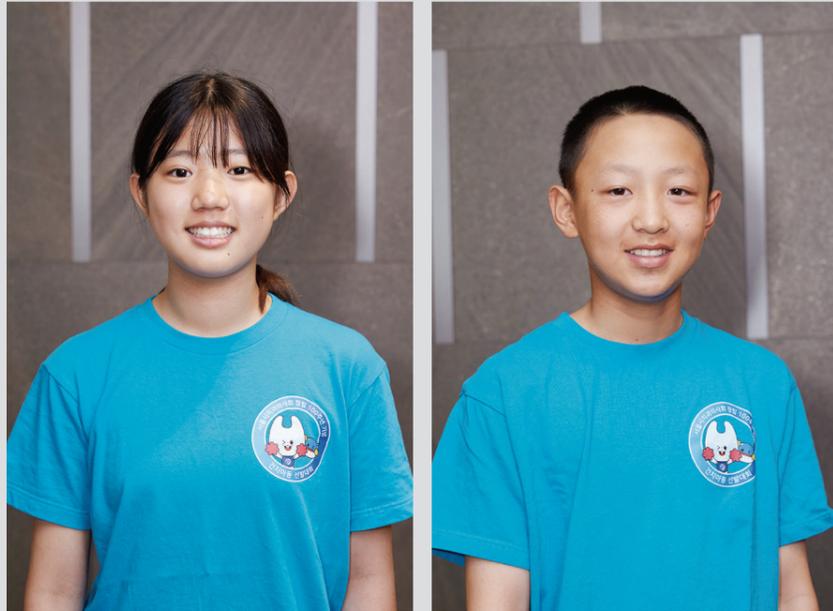
구강보건의 날 행사에 참여하고 즐기는 시민들의 모습

# 제80회 구강보건의 날 기념 건치아동 선발대회

“점심 먹고  
꼬박꼬박 양치질,  
이건 꼭 지켜요!”

금상  
장한준·김서정  
학생 인터뷰

글·사진\_ 이가영 기자



서울시치과의사회(회장 강현구)는 제80회 구강보건의 날을 맞아 서울대치과병원에서 '건치아동 선발대회'를 열고, 서울시 대표 건치아동을 최종 선정했다. 서울시 25개구 치과의사회에서 추천된 아동 40여 명이 참가한 이번 대회에서는 치아 상태와 구강위생, 구강건강 습관 등에 대한 정밀 평가와 인터뷰가 함께 진행됐다.



**Q. 구 대표로 뽑혔을 때, 그리고 서울시 대표로 금상을 받았을 때 기분이 어땠나요?**

**김서정** \_ 구 대표로 선발됐을 때도 기분이 좋았는데, 서울시 대표가 됐다는 이야기를 듣고는 정말 깜짝 놀랐어요. '내가 진짜 금상을 받았다고?' 하는 마음이었어요. 너무 기뻐요.

**장한준** \_ 구 대표가 됐을 때는 학교 수업을 대신해 행사(사전 검진 및 면접)에 참석하게 돼서 좋았어요(웃음). 그런데 서울시 금상까지 받게 될 줄은 몰랐어요. 발표될 때까지 전혀 예상 못 했거든요. 그래서 더 놀랐고, 기분이 두 배로 좋았어요.

**Q. 평소에 구강관리를 어떻게 하고 있나요? 특별한 습관이 있나요?**

**김서정** \_ 매일 양치하고, 양치한 뒤에는 워터픽을 꼭 써요. 엄마가 알려 주셔서 시작했는데, 지금은 늘 하게 되는 습관이 됐어요. 학교 점심시간에도 양치질은 꼭 하고 있어요.

**장한준** \_ 아침, 점심, 저녁마다 양치하는 건 기본이고, 단 것이나 초콜릿 같은 간식을 먹은 뒤에는 한 번 더 닦아요. 밥을 먹고 음식물 낀 게 느껴질 때는 조금 더 꼼꼼히 양치하려고 노력하고 있어요.

대회 결과, 금상은 서초구 대표 김서정 양(서울방일초)과 종로구 대표 장한준 군(서울효제초)이 차지하며 '서울시 대표 건치아동'의 영예를 안았다. 꾸준한 양치습관과 생활 속 실천, 건강한 구강에 대한 관심이 높은 평가를 받았다.

두 학생은 "건강한 치아를 지키기 위해 노력했던 평소 습관을 인정받은 것 같아 기쁘다"며, 앞으로도 모범적인 구강관리 습관을 꾸준히 실천하겠다는 다짐을 밝혔다.



## 엄마들이 말하는 '우리 아이 구강관리 습관'

**김서정 양 어머니**

서정이가 둘째인데, 어릴 때부터 이가 튼튼해 잘 물고, 잘 먹고, 잘 자란 "복 받은 아이"예요(웃음). 사실 따로 연습시키거나 강하게 지도한 적은 없어요. 그럼에도 아이 스스로가 알아서 잘하더라고요. 여행 갈 때 구강관리용품 꼭 챙기고, 치과에 가는 것도 별로 무서워하지 않아요. 개인적으로 제 치아건강이 약한 편이라 아이의 구강건강이 걱정되곤 했는데, 나름대로 꼼꼼하게 관리를 이어가고 있는 아이를 보면 대견한 마음이 들어요.

**장한준 군 어머니**

한준이는 아주 유별난 습관은 없지만, 기본적인 생활 습관은 잘 지키는 아이예요. 초콜릿이나 군것질을 하고 나면 스스로 한 번 더 양치를 하고, 식사 후에 가끔은 치간칫솔이나 이쑤시개도 활용하는 편이에요. 무엇보다 정기적으로 치과에 데리고 가서 검진을 받는 게 도움이 된 것 같아요. 잔소리보다는 경험이 좋은 교육이 된 셈이죠.

**Q. 친구들에게 구강관리 팀을 알려준 적이 있나요?**

**김서정** \_ 가끔 친구들이 양치를 안 하고 넘어가려고 할 때, "그러지 말고 같이 양치하러 가자~" 이런 식으로 가볍게 권유하면 양치를 안 하려던 친구들도 자연스럽게 같이 양치를 하러 갈 때도 있어요.

**장한준** \_ 친구들이 제가 금상 받은 걸 알면 좀 놀랄 거예요. "네가?" 이렇게 반응할지도 몰라요. 제가 막 유별나게 관리하는 건 아니라고 생각하거든요. 그래도 이 기회에 친구들에게 양치의 중요성을 알려줄 수 있을 것 같아요.

**Q. 앞으로 '서울시 대표 건치아동'으로서 어떤 걸 꼭 지켜나가고 싶은가요?**

**김서정** \_ 점심 먹고 꼭 양치하는 습관이에요. 예전에는 가끔 까먹기도 했는데, 이젠 절대 빠뜨리지 않아요. 양치 후 워터픽도 계속 사용할 거예요.

**장한준** \_ 이젠 금상도 받았으니까 더 열심히 치아를 닦아야겠다는 책임감이 생겼어요. 그냥 기본만 했던 거에서 조금 더 신경 써서 구석구석 꼼꼼히 닦으려고 해요.

서울시치과의사회의 건치아동 선발대회는 올해 역시 생활 속 구강건강 습관의 중요성을 돌아보는 계기가 됐다. 무엇보다 아이들 스스로 '치아를 잘 관리하는 습관'을 자연스럽게 받아들이고 있다는 점에서 그 의미가 더욱 컸다. 어린이들의 건강한 치아가 빛나는 미소로 이어질지 응원하며, 서울시치과의사회의 구강보건 사업은 앞으로도 그 길에 함께할 예정이다.

# “쉽고 재밌는 지식 전달 목표, 오래 기억되는 콘텐츠 되길”



글·사진 \_ 손예슬  
서울시치과의사회 대학생 홍보단  
서울덴탈프렌즈 2기 '불소장생'팀

## 서울시치과의사회와의 첫 만남

서울시치과의사회 대학생 홍보단 서울덴탈프렌즈(설덴프) 활동을 시작하기 전, 나는 '서울시치과의사회'에 대해 정확히 알지 못했다. 대한치과위생사협회 경상남도회나 경상남도치과의사회처럼 익히 들어본 이름들은 있었지만, 서울시치과의사회의 활동이나 그 규모에 대해서는 잘 몰랐다. 막연하게 '서울에도 비슷한 단체가 있겠지' 정도라면 생각했을 뿐이다.

그러다 우연히 설덴프 지원 공고를 보게 됐고, 자연스럽게 서울시치과의사회 홈페이지를 찾아보게 됐다. 그곳에서 나는 한 문장을 마주하게 된다.

“서울시민 구강보건 증진을 위해 진료현장에서 최선의 의료서비스를 제공해 왔습니다. 치과의사뿐만 아니라 치과위생사, 치과간호조무사, 치과기공사 등 범 치과인의 노력과 보건교사, 지자체 모두의 힘이 모여져 국민 구강보건 향상에 일조해 왔다고 자신합니다.”

처음에는 그저 소개문 중 하나라니 했지만, 굵직한 수목 문장 안에 담긴 메시지가 마음에 오래 남았다. 나 역시 그 안에서 뭔가를 할 수 있지 않을까 하는 기대감이 생겼다.



## 서울덴탈프렌즈, 함께하는 즐거움

그 문장을 읽고 나서, 설덴프에 지원해야겠다는 결심을 하게 됐다. 비록 아직 학생이고, 직접 진료를 하거나 전문적인 정책을 만드는 입장은 아니지만, 작은 활동이라도 조금이나마 구강보건 향상에 기여할 수 있다면 의미 있는 일이라는 생각이 들었다.

‘전문성’이 아니라 ‘태도’에서 출발하는 참여라는 점에서 충분한 동기부여가 이뤄졌다. 치위생학을 공부하는 학생으로서 사람들에게 구강건강의 중요성을 어떻게 하면 더 쉽게, 더 친근하게 전달할 수 있을까 했던 고민도 설덴프 지원에 큰 용기를 주는 부분이었다. 그 고민을 실천으로 옮길 수 있는 기회라고 생각했다.

‘현재 내가 지금 가진 능력으로, 내가 서 있는 자리에서 할 수 있는 일을 해보자’라는 생각으로 지원서를 제출했다.



## 짧은 콘텐츠 안에 꼭꼭 담아낸 진심

설덴프 활동의 중심은 콘텐츠 제작이다. SNS를 통한 시민과의 소통이 설덴프의 가장 큰 역할이기도 하다.

우리는 한 달에 한 번 이상, 팀원들과 분업해 릴스나 카드뉴스 형태의 구강보건 관련 콘텐츠를 제작한다. 형식은 짧지만, 그 안에 담긴 고민은 결코 가볍지 않다. 어떤 주제를 다룰 것인지, 누구를 타겟으로 삼을 것인지, 구성을 어떻게 해야 부담스럽지 않게 다가갈 수 있을지.

매번 콘텐츠를 기획할 때마다 이런 질문들을 팀원들과 함께 던지고 답해가며 만들어간다.

직접 참여했던 콘텐츠는 구강보건의 날 홍보 릴스, '3분 지식' 시리즈 중 치아미백 편, 그리고 포스터 디자인이다. 영상을 짧게 끊고, 메시지를 깔끔하게 정리하는 작업이 쉽지는 않았지만, 내가 만든 콘텐츠가 사람들에게 관심을 불러일으킬 수 있다는 기대가 생겼을 때의 뿌듯함이 정말 컸다. 아직 공개되지 않았지만 Q&A 형식의 릴스도 제작해줬고, 곧 게시될 예정이다.

## 제80회 구강보건의 날, 순간마다 새겨진 기억

가장 인상 깊었던 설덴프 활동 중 하나는 지난 6월 1일 코엑스에서 열린 '제80회 구강보건의 날 기념행사'였다.

불소장생 팀의 아이디어는 아쉽게도 최종 기획안으로 선정되지는 않았지만, 대신 현장에서 다른 팀의 기획과 실행 과정을 도우며 함께 준비했다.

기획서를 쓰는 단계부터 역할을 어떻게 나눌지, 현장 동선과 시간 배분은 어떻게 할지 등 생각보다 훨씬 많은 준비가 필요했다. 그런 과정을 옆에서 지켜보며 '행사 하나를 만들기 위해 이렇게 많은 손이 움직이는구나' 하는 걸 실감했다.

그리고 다음엔 꼭 우리 팀이 주도적으로 기획안을 준비해보고 싶다는 의욕도 생겼다. 단지 참여자가 아닌 기획자로서 무대의 앞과 뒤를 모두 경험해보고 싶다는 마음이 점점 커졌다.

행사 당일, 나는 '치치프'팀 부스에서 시민들과 직접 만났다. 치치프는 인기 방송 프로그램 '유퀴즈 온더 블럭'을 벤치마킹한 '치퀴즈'를 콘셉트로 구강건강 상식

퀴즈 이벤트 부스를 운영했다. 구강보건 관련 퀴즈 5문항 중 3개 이상 정답을 맞히면 '광 없는 뽑기권'을 제공하고 구강용품과 견토와 솔치 굿즈 등 다양한 경품을 증정했다. 그중 퀴즈에 참여한 시민들에게 경품을 전달하는 역할을 맡았는데, 생각보다 반응이 다양하고 풍부했다. 상품을 받고 웃는 얼굴을 보면, 서 있는 라 쌓였던 피로도 사라질 만큼 뿌듯했다.

기억에 남는 일도 많았다. 어떤 분은 퀴즈에 참여하지 않고 그냥 양말을 가져가서 당황하기도 했고, 반면 어떤 어린이는 원하는 경품이 있는지 부스를 몇 번이나 다시 찾아오곤 했다.

그 모습이 귀엽기도 하고, 퀴즈 문제를 반복해서 푸는 과정 자체가 아이에게는 오래도록 기억에 남는 경험이 될 거란 기대에 뿌듯한 마음이 들었다.

누군가의 기억에 구강보건의 날이라는 순간이 긍정적으로 남을 수 있도록, 내가 그 한 장면을 함께 만들었다는 사실이 참 좋았다.

## '설덴프'의 목소리, 누군가에게 닿기를

이제 설덴프 공식 활동이 절반쯤 지나왔다. 돌아보면 어느새 익숙해진 작업도 있지만, 여전히 새로운 시도에 대한 욕심도 남아 있다. 남은 기간 동안에는 기존과는 다른 형식의 콘텐츠를 기획해보고 싶다.

짧고 임팩트 있는 영상 콘텐츠를 통해 더 많은 사람들과 연결되고 싶다. 무언가를 어렵게 설명하기보다, 흥미를 유도하고 쉽게 다가갈 수 있도록 구성하는 것이 목표다.

방향 중 실습이 없는 시간을 활용해 아이디어를 정리하고, 편집도 직접 해볼 생각이다. 많은 사람이 설덴프의 콘텐츠를 시청하고, 그 안에서 작게라도 무언가를 얻어가길 바란다.

그게 아주 작은 지식이든, 한 번의 미소든. 

# 치아그리기

## 수상작



대상

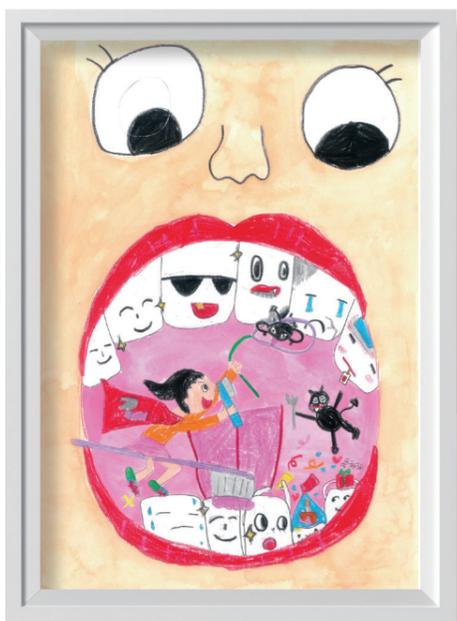
### 때밀이 양치목욕탕

박수현 서울문백초등학교 5학년

이곳은 더러워진 치아들이 깨끗히 씻는 양치 목욕탕이에요. 치아도 매일 목욕하듯이 닦아줘야 건강해진다는 생각을 아이디어로 그렸어요. 치아를 깨끗하고 건강하게 지키는 것이 내 치아를 사랑하는 방법이에요.



최우수상  
저학년



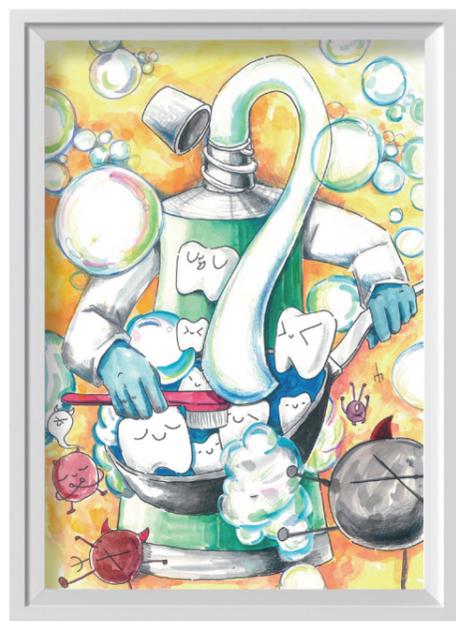
### 도와줘요 치아요정

김유슬 서울중곡초등학교 2학년

치아요정이 칫솔을 타고 나타났어요. 칫솔과 치아로 세균을 잡았더니 치아들이 너무 좋아하고 아가치아도 태어났어요.



최우수상  
고학년



### 건강한 치아관리는 건강한 치약으로부터 시작됩니다.

박건호 서울내발산초등학교 6학년

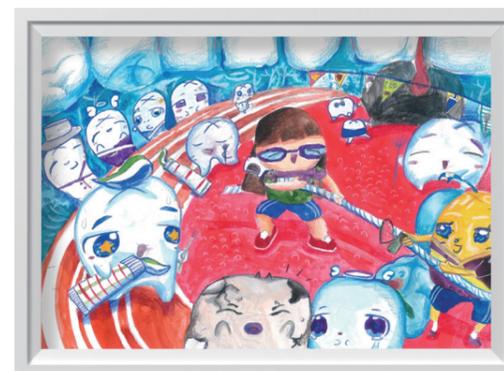
치아가 썩지않도록 마법치약을 사용하여 치아 사이사이에 있는 세균을 없애는 요리를 하는 중이다.



### 치아 요정과 함께하는 보글보글 건강한 이닦기

박서령 함천초등학교(경기도) 2학년

귀여운 치아 세면대에서 매일매일 열심히 양치하며 즐겁고 반짝이는 치아를 만들어요!



### 치아사랑 운동회

조한별 서울공연초등학교 5학년

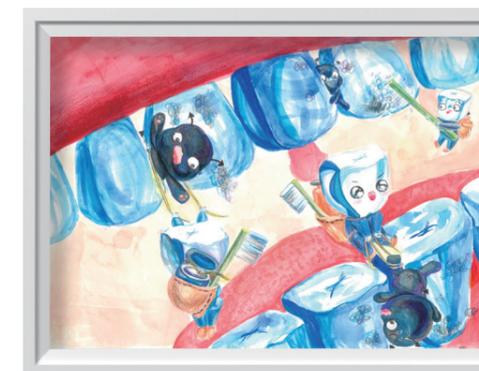
나와 치아요정은 치아사랑을 위해 운동회를 열었습니다~ 썩은치아를 치료하기 위해 불소를 들고 달려오는 100미터 달리기~ 치아와 치아사이 음식물찌꺼기를 치실로 빼기위해 금니와 줄다리를 하고있습니다. 저기 목젓머니를 치실로 건드려 입을 크게 벌릴 수 있도록 복주머니게임도 하고 있습니다. 경기를 지켜보는 치아들은 열심히 응원하고 있습니다.



### 치아요정은 발차기대장

우현석 서울면남초등학교 저학년 1학년

발차기대장 치아요정이 치아를 괴롭히는 세균들을 물리치고 있는 장면을 그렸습니다.



### 내 입속의 영웅, 치아요정

김지원 서울은진초등학교 6학년

치아요정이 치실을 해서 치아 사이에 있는 나쁜 균들을 없애고 있어요. 치아요정은 치실과 칫솔 같은 구강용품들 들고 다니면서 치아를 닦아줘요. 그리고 꼬리엔 치아를 치료해주는 사랑의 힘이 있어요.



우수상  
저학년



우수상  
고학년

# 치아그리기 수상작



## 튼튼치약의 모험

기다숨 서울방학초등학교 3학년

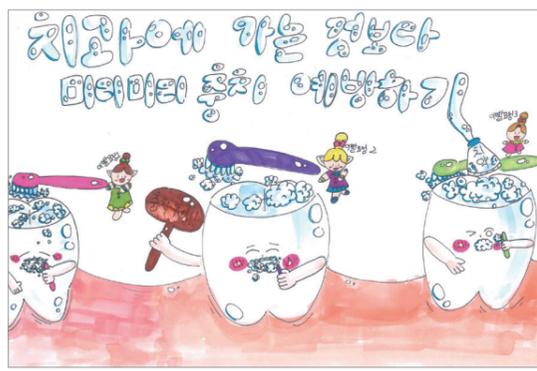
3·3·3 양치법을 통하여 견치왕이 되는 내용을 표현한 그림입니다. 치약 요정의 식사 후 3분 이내 '1'과, 치약 요정의 3분 동안 구석구석의 '2', 치실 요정의 불순물 제거 및 하루 3번의 '3'을 통하여 오른쪽 하단에 표현한 불소와 충치균을 무찌르고 건강한 치아 왕이 되는 과정을 표현하였습니다.



## 작은 이의 큰 부탁

백아인 서울명원초등학교 2학년

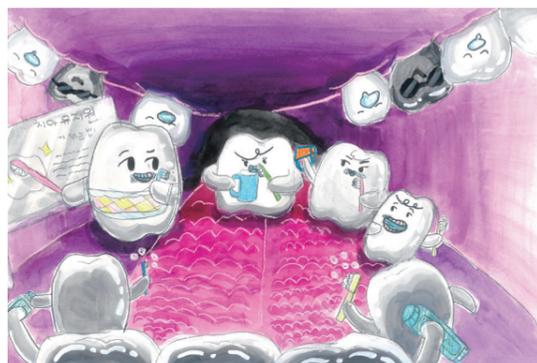
이 그림은 치아 건강을 지키기 위해 피해야 할 음식들을 알리는 내용입니다. 단 음식을 먹는 소녀와 아파하는 치아들, 금지 표시를 든 치아 요정을 통해 충치 예방의 중요성을 표현했습니다.



## 치과에 가는 것보다 미리미리 충치 예방하기

김태휘 서울삼육초등학교 3학년

아이들의 치아에는 치아요정들이 살고 있어요. 아이들이 이를 닦을 때 치아요정들은 이가 더 깨끗하게 닦이도록 도와주지요. 치아요정들이 속삭여요 "아파서 치과에 가는 것보다는 미리미리 깨끗하게 닦아서 아프지 않게 하는 것이 더 좋아~."



## 치아 유치원

송다은 서울정덕초등학교 3학년

입 속 치아 선생님의 치아 관리법에 대한 설명을 듣고있는 어린 아이들의 모습입니다. 군데군데 이미 충치들의 공격을 받은 검은선글라스를 착용한 치아들의 모습도 보이고 완벽하게 관리법을 익히고 어른이 된 치아들의 쉬고있는 모습도 보입니다.



## 치아요정과 간식들의 결투

김하윤 서울봉화초등학교 5학년

이 그림은 양치질을 꼼꼼히, 열심히 해야 한다는 것과 그림에 있는 사탕과 젤리 등 달콤한 간식들을 너무 많이 먹으면 치아에 좋지 않을 수 있다는 것을 표현했습니다. 창립 100주년을 기념하는 칫솔을 타고 다니는 치아 요정이 다른 치아들을 청소하고 달콤한 간식들을 무찌르는 장면을 그렸습니다.



## 치아요정 특공대의 깨끗한 치아 대작전

박솔인 서울성산초등학교 4학년

치약과 칫솔을 타고 깨끗한 치아를 지키는 모습을 상상해서 그렸어요. 양치질을 열심히 하면 치아 요정이 나타나서 충치 세균을 물리쳐서 깨끗한 치아로 만들어줘요. 앞으로도 이를 잘 닦아서 건강한 치아를 만들고 싶어요!



## 꿈 속에서 만난 치아요정들

이초현 서울언북초등학교 5학년

충치 치료를 받고 아파서 울다 잠든 날, 꿈속에서 치아요정들이 나타났어요. 나는 치약 우주선을 타고 요정들과 함께 우주를 여행하며, 하루 동안 치아를 건강하게 지키는 방법을 배웠어요. 단 음식 줄이기, 바른 양치질, 치실과 가글 사용까지! 꿈에서 깬 나는 이제 진짜 치아요정들이 알려준 것처럼 내 치아를 사랑하며 잘 지킬 거예요!



## 반짝이 치과 히어로

민주리 서울성북초등학교 6학년

이 작품은 칫솔요정과 치과 의사 선생님의 진료를 자주 받아 치아에 있는 세균을 없애고 깨끗하게 치아 관리를 하자는 작품입니다. 칫솔요정과 의사선생님이 입속에 들어가 가글파도와 치약으로 세균을 깨끗하게 치울 것입니다. 치아에 안 좋은 음식은 먹지 말고 치아에 좋은 음식을 많이 먹는 것도 중요합니다.



## 깨끗한 치아 ~ 밝은 미소

이연우 서울성신초등학교 4학년

평소 양치를 꼼꼼하게 하지 않는 저를 도와주는 양치요정이 있으면 좋을 것 같아서 저만의 양치요정과 같이 화장실에서 깨끗히 양치를 하고 있는 장면입니다. 양치요정의 머리, 옷, 신발을 치약으로 표현했고 칫솔 핀을 머리에 달고 있습니다. 치마는 버블로 표현했습니다. 매고 다니는 양치통에 치실을 넣어 마지막에 제거 잊지않고 치실을 줍니다.



# 네컷 이미지 수상작



대상

## 나의 첫어금니, 나의 끝사랑니

김서현(만 29세)

초등학교에 입학하게 되는 만 6세부터 실천적으로 지키는 구치 건강으로 어린아이부터 조부모님까지 온 가족의 사랑이 끝까지 계속될 바라는 마음을 담았습니다.

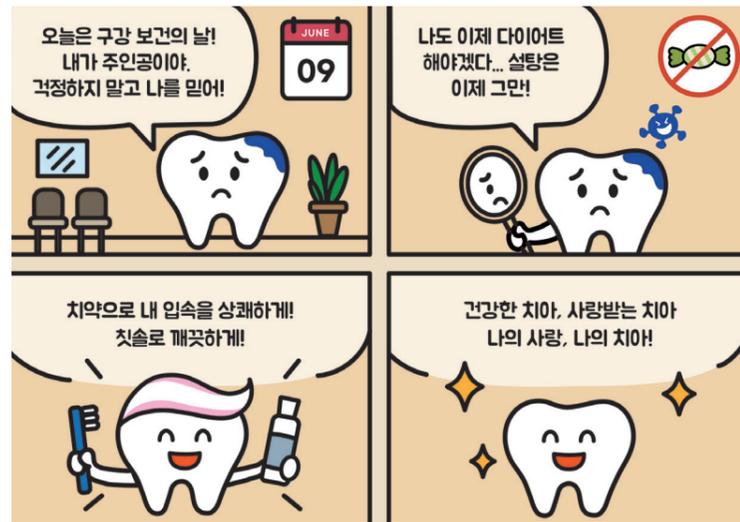


최우수상

## 사랑받는 치아

김수선(만 34세)

6세 전후로 나오는 구치는 평생 씹는 일을 해야 하는 아주 중요한 치아입니다. 건강한 생활처럼, 건강한 관리(다이어트)하는 치아로 표현하여 더욱 사랑받는 치아일길 바랍니다.



## 악어의 치아 사랑법

최정윤(만 54세)

치아를 많이 가진 악어를 의인화하여 건강한 치아를 오래 유지하기 위한 치아 사랑법을 네컷만화로 표현하였습니다. 양치질을 꼼꼼히 하고, 건강한 식습관을 기르고, 치과 검진을 주기적으로 받는 악어의 모습을 통해 간단명료하게 치아 관리의 중요성을 시각적으로 각인시키고자 하였습니다.

## 피어날 미소

김다정(만 19세)

빠진 유치를 머리맡에 둔 아이의 곁으로 이빨 요정이 찾아옵니다. 요정은 소중한 유치를 땅에 심고, 치실과 치약 요정들과 함께 정성껏 돌봐줍니다. 사랑과 보살핌 속에 유치는 무럭무럭 자라나, 건강한 영구치로 피어납니다. 그리고 다시 아이를 만나러 가는 순간, 환하게 피어날 미소를 꿈꿉니다. 이 작품은 치아를 단순한 신체의 일부가 아닌, 사랑과 관심 속에서 자라나는 소중한 존재로 표현하고자 했습니다. '나의 사랑, 나의 치아'라는 주제에 맞춰 치아를 향한 따뜻한 마음을 담았습니다.

## - 칫솔만으로는 부족해!



## 칫솔만으로는 부족해

이승민(만 20세)

모든 사람들이 "칫솔질을 하지 않으면 충치가 생긴다."라는 말은 많이 들어서 칫솔질은 잘 챙겨서 할 순 있지만, 칫솔이 어느 부위를 닦아주는지에 대해서는 깊이 생각하지 않고 가볍게 칫솔만 사용하여 양치를 하기 때문에 이 만화를 그렸습니다.



## 이를 깨끗하게 닦아요!

하승민(만 12세)

아이가 구강검진을 받으러 치과에 방문하였다. 의사 선생님이 아이의 입안을 보니 충치와 누런 이가 보여 깨끗하게 치료하였다. 의사 선생님은 치료가 끝난 후 아이에게 건강한 치아를 위해 올바른 칫솔질을 알려주었다.

HISTORY

서울특별시치과의사회  
100년의 발자취



# 1920~1970년대

건강한 100세 시대,  
100년 역사의  
서울특별시치과의사회가 함께 합니다!

## 1920s

**1925**  
한국인 치과의사 7인,  
한성치과의사회 결성

1925년 4월 15일 경성치과의학교 제1회 졸업생(안중서, 김용진, 최영식, 박준영)이 배출되자 함석태, 조동흠, 김연권 등 7명의 한국인 치과의사들은 한성치과의사회를 창립했다. 우리나라에서 한국인 치과의사들이 창립한 최초의 치과의사 단체로 현 서울특별시치과의회의 전신이다. 초대회장은 함석태.



국내 치과의사면허 1호 함석태 선생. 함석태 선생은 1912년 일본치과의학전문학교를 졸업하고, 국내 치과의사 면허제도가 시행된 1914년이 돼서야 국내 치과의사면허 1호로 등록됐다. 한국인 치과의사만으로 조직된 한성치과의사회 초대회장을 역임했다. 또한 문화재 수집가로 활동하면서 지금까지도 국보급 문화재를 지켜낸 위인으로 언론에 회자되고 있다. 옥중의 독립운동가 안창호의 이를 치료하는가 하면, 강우규 열사의 손녀인 강영재를 양녀로 키우는 등 한국 현대사에서도 상당한 업적을 남겼다.

**1928**  
한성치과의사회 주최  
'충치예방의 날' 무료진찰 봉사

## 1940s

**1942**  
일제강점기 조선총독부  
방침에 따라 일본인 중심으로  
구성된 경성치과의사회와 통합

**1945**  
해방 후  
'한성치과의사회'로 명칭 복원,  
1945년 12월 16일 창립총회

**1945~1948**  
'서울시치과의사회'로 명칭 변경  
한성치과의사회는 경성치과의사회로  
분열과 통합을 거듭하다 1948년  
서울시치과의사회로 완전한 통합을 이뤘다.

## 1950s

**1951**  
6·25전쟁 한국전쟁 중  
국민의료법 공포  
(1951. 9. 25.)

**1952**  
서울시치과의사회  
법정단체로 설립  
(1952. 2. 18.)

**1959**  
국민학교치과조례 통과에 앞장  
서울시치과의사회는 초등학교  
구강진료시설 설치 등 시범사업 성과를  
바탕으로 국민학교치과설치조례를  
통과시켰다.  
이에 따라 10명의 치과교의가  
서울시립학교건강관리소에 배치됐다.

**1960**  
종로구 낙원동 회관 이전 입주

**1964**  
최초의 건치미인(Miss Dental) 선발  
11964년 6월 9일 제19회 구강보건주간행사에 최초로  
건치미인(미스덴탈) 진, 선, 미를 선발하고 표창했다.



서울시치과의사회 제17대 오영서 회장 때인  
1969년 열린 제4회 건치미인 선발대회



1970년 제5회 건치미인 선발대회 현장 모습.

**1966**  
구치과의사회제 및 총회 대의원회제 개막  
1966년 12월 20일 개정된 회칙에 의거해  
각 구회별로 총회가 소집되고 구회 구성을 완료했다.  
(종로구회, 중구회, 동대문구회, 서대문구회, 성동구회,  
용산구회, 영등포구회, 마포구회, 특별구회)

## 1960s

**1967**  
서울시치과의사회 사상 첫 대의원총회  
1966년 정기총회에서 총회 대의원제 도입이 의결됨에  
따라 1967년 10월 14일 서울시치과의사회 역사상  
최초의 대의원총회가 개최됐다.

**1968**  
일본 동경도치과의사회와 자매결연  
1968년 3월 22일 일본 동경도치과의사회관에서  
자매결연을 맺은 서울시치과의사회는 2025년 현재  
전세계 19개국 치과의사단체와 교류를 이어가고 있다.



서울시치과의사회  
제22대 박성설 회장 때인  
1978년 5월 4일 열린  
서울시치과의사회와  
동경도치과의사회의 학술교류회

## 1970s

**1971**  
치험 회관 신축과 서울시치과의사회 입주



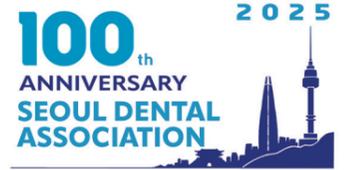
1971년 9월 4일 치험 회관이 준공되고  
사흘 뒤인 9월 6일 서울시치과의사회 사무국 입주식이 열렸다.  
사무국 입주식 참석자들이 병명록에 서명하고 있다.

**1977**  
전국민 의료보험 시행

# HISTORY

## 서울특별시치과의사회 100년의 발자취

# 1980~2000년대



### 1983

#### 서울시치과의사회 창립기념일은 '1925년 6월 9일'

1983년 제32차 정기대의원총회에서는 서울시치과의사회 창립기념일 제정의 건이 집행부 안건으로 상정됐다. △1909년 6월 9일 경성치과의사회 조직 △1925년 6월 9일 한성치과의사회 조직 △1952년 6월 9일 서울시치과의사회 창립총회 등 3개 안이 논의된 가운데 집행부에 결정을 위임했고, 1983년 11월 정기이사회에서는 '1925년 6월 9일'을 창립기념일로 제정했다.

## 1980s

### 1985

#### 구강보건상 시상식 및 전 회원 무료진료



1985년 6월 11일 열린 제40회 구강보건상 시상식 전경  
인사말을 하고 있는 이주봉 회장의 모습

### 1987

#### '제1회 치과인문화제' 개최



1987년 6월 9일부터 12일까지  
세종문화회관에서 열린 제1회 치과인문화제

### 1989

#### 치과전문의료제도 시행반대 결의문 채택

### 1984

#### 각 구회 대항 제1회 회장배 바둑대회



서울시치과의사회 제29대 안박 회장 때인  
1995년 1월 15일 열린 회원친선  
바둑대회에서 안박 회장이 시상하고 있다.



회원친선 바둑대회 입상자에게는  
서울시의사회와의 친선바둑대회 출전자격이  
부여됐다. 1996년 2월 4일 개최된  
서울시치과의사회 - 의사회 친선바둑대회

## 1990s

### 1993

#### 서울시치과의사회 기관지 '서치뉴스' 창간



1993년 9월 25일 발행된 서치뉴스 창간호.  
서치뉴스는 이후 서치신문을 거쳐  
현재 치과신문으로 이어져오고 있다.

### 1994

#### 서울 송정동 소재 현 회관 입주



1994년 12월 6일 입주한 서울 성동구 회관.  
입주 당시 회관은 지하 1층에 지상 3층  
건물이었으나, 이후 지상 5층으로 증축해  
현재까지 사용되고 있다.

## 2000s

### 2001

#### '서울시치과의사회 국제종합학술대회 및 국제치과기자재전시회(SIDEX)' 첫선

2001년 6월 1일부터 3일까지 서울힐튼호텔에서 개최한 SIDEX는 46개 강연의 국제종합학술대회와 11개국 60개 업체-124개 부스가 참여한 국제치과기자재전시회로 진행됐다. 학술대회 등록은 약 4,600명, 전시장에는 약 6,500명이 방문했다.



1. SIDEX 2001 개최 전인 2001년 3월 8일  
SIDEX조직위원회를 열고 준비사항을 점검하는 모습  
2. SIDEX 2001 전시장 투어 모습  
3. SIDEX 2001 서울나이트 현장

### 2003

#### 윤홍렬 前서울시치과의사회장, 세계치과의사연맹(FDI) 회장 취임

### 2003

#### '치아의 날' 기념 장애인과 함께하는 서울시민 걷기대회



이명박 서울시장과  
서울시치과의사회 이수구 회장이  
장애인의 휠체어를 밀며  
걷기대회에 참여하고 있다.

임원 단체사진.

### 2003

#### 서울시치과의사회 기관지 '치과신문'으로 제호 변경 및 전국 배포



서치신문에서 치과신문으로 제호가 변경된  
2003년 1월 1일자 신문(제138호).

### 2005

#### 서울특별시와 국내 최초의 서울시장애인치과병원 건립 및 수탁운영

제32대 이수구 집행부가 서울특별시와 협조해 착공에 들어갔던 서울시장애인치과병원이 2005년 11월 정식으로 문을 열었다. 제33대 김성욱 회장이 초대 병원장을 맡았고, 2008년까지 수탁운영했다.



서울시장애인치과병원  
개원식이 보도된 치과신문 지면

### 2007

#### 서울시치과의사회 회원 200여명, 의료법 개악 저지 쫓기대회 적극 동참



2007년 2월 11일 과천에서 열린  
'의료법 개악 저지 쫓기대회'에 참여한  
서울시치과의사회 임원과 회원들.

### 2008

#### 6월 9일 전회원이 참여한 서울시민 무료구강검진 및 상담

HISTORY

서울특별시치과의사회  
100년의 발자취

2010~2020년대



2010s

2010

‘동네치과 살리기’ 불법 네트워크 치과와 전쟁 선포

서울시치과의사회는 ‘올바른 의료환경 조성’을 위한 TF를 구성하고, 불법행위에 대한 감시, 검경 및 행정기관과 협조하여 강력한 대처에 나섰다.

2012

서울시 아동치과주치의 시범사업 시행

서울시가 14억7,500만원의 예산을 투입, 예방항목 중심 주치의제인 서울시 학교 및 저소득층 아동 치과주치의 시범사업을 서울지역 6개 구에서 실시했다. 시범사업과 본 사업을 거쳐 전국으로 확산하는 도화선이 됐다.

2013

서울 내 이전 개원 시 입회비 50% 감면 및 수도권 지부 입회비 상호 면제

2017

서울시치과의사회 사상 첫 ‘직선’ 집행부 선출

2017년 2월 22일, 서울시치과의사회 사상 첫 회장단 직선제가 실시됐다. 78.41%라는 높은 투표율을 기록했으며, 기호 1번 이상복 회장후보(최대영·기세호 부회장후보)가 당선됐다.



서울시치과의사회 사상 첫 직선제 회장으로 당선된 이상복 회장이 소감을 전하고 있다.

2020s

2020

코로나19 팬데믹 치과계 강타, 첫 온라인 비대면 총회

2020

코로나19 시대 SIDEX, 산자부 방역지원 사업 선정



1. SIDEX 2020을 찾은 치과계 내외빈들이 전시장을 둘러보고 있다. 전시장 관람도 흥분한 거리를 두고 이뤄졌다.
2. 정순균 강남구청장이 SIDEX 행사장을 방문해 서울지부 김민겸 회장 등 SIDEX 조직위와 간담회를 갖고 전시장 및 강연장을 둘러봤다.
3. 모든 강연장은 흥분한 좌석 간격을 두고 참가자들이 앉을 수 있도록 준비됐다.
4. SIDEX 2020은 산업자원부 ‘국내전시회 방역지원사업’에 선정되는 등 방역 노하우를 인정받았다.

건강한 100세 시대,  
100년 역사의  
서울특별시치과의사회가 함께 합니다!

2021

비급여 수가공개 헌법소원 제기

정부의 비급여 수가공개 확정 고시에 대해 서울시치과의사회 임원 및 회원 31명이 참여하는 소송단 명의로 헌법소원을 제기했다. 치과계 및 의료계로 확산된 비급여 수가공개 반대 여론에도 불구하고, 2023년 2월 기각됐다.



2023년 2월 헌법재판소는 서울시치과의사회 비급여 소송단이 제기한 헌법소원을 기각했다.

2023

의료인 면허취소법 철폐 및 재개정 운동

금고 이상의 모든 형에 면허를 박탈하는 의료인 면허취소법에 대해 서울시치과의사회 집행부 및 서울 25개구회장협의회 일동은 반대성명을 발표하고 서울시의사회, 서울시한의사회 등과 공동TF를 구성, 법 재개정에 적극 나서고 있다.



의료인의 면허취소 사유를 특정강력범죄와 성폭력범죄 등으로 축소된 의료법 개정안을 발의한 김예지 의원과 서울 3개 의료인단체 TF위원장들

2023

서울시치과의사회-서울시교육청  
학생 건강증진 업무협약



서울시교육청 조희연 교육감과 서울시치과의사회 강현구 회장이 간담회를 갖고 있다.

2024

서울시치과의사회 창립 100주년  
기념 슬로건-엠블럼 확정



서울시치과의사회 창립 100주년 기념 엠블럼. 슬로건은 “건강한 100세 시대, 100년 역사의 서울특별시치과의사회가 함께 합니다.”

2025

직선 3기 제39대 강현구 집행부 순항 중

2023년 4월 직선 3기로 출범한 강현구 집행부는 3대 공약사업 특위를 중심으로 15개 상임위원회, 13개 특별위원회를 운영하며 4,500여 회원 권익수호 및 서울시민 구강보건 향상에 최선을 다하고 있다.



서울시치과의사회 제39대 강현구 집행부

편집 후기

편집인의 글



엄찬용 황지영 안병덕 박인영 김형일 김아현

고딩때를 추억하며 붓꽃 흩날리는 경주를 기대하고 준비했지만 붓꽃엔딩은 못했지만 오랫동안 그때로 돌아가 글을 올릴 수 있었습니다. 일상에서 잠시 벗어나서 과거를 추억하는 여유를 가져보시길 바랍니다. 이제 끝을 향해가며 노력하는 즐치 편집부에게도 응원해주세요요^^

엄찬용 편집위원

지난호에 이어, 대한민국 치과 100년의 역사를 함께하는 두 번째 시리즈를 마무리했습니다. 이번 기회를 통해 함석태 선생님에 대해 알게 되었고, 기획 기사를 따라가며 과거를 여행하는 듯한 기분이 들었습니다. 특히 이번 즐치위원들과 함께한 여행이 옛 신라의 역사가 넘쳐흐르는 경주였다든 점도 과거로의 여행 속으로 이어지는 특별한 시간이었습니다. 또한, 먼 타국의 400년 전 치과의사(?)의 모습을 그림으로 엿보는 것도 매우 흥미로웠습니다. 과거뿐만 아니라 다가오는 100년을 준비하는 치과계의 흐름을 다른 방문진료 이야기로 의미가 컸습니다. 제철 음식을 통해 건강을 챙기며, 100세까지 건강하게 살아가기를 바라는 마음도 담아보았습니다.

이제 즐치도 마지막 한권을 남기고 있네요. 뿌듯함과 약간의 허전함을 가지고 이 권을 마무리합니다. 함께 해주시는 모든 분들께 정말 감사드립니다.

황지영 편집위원

이번 편집을 마무리 하며 새삼 시간이 참 빠르다는걸 느낍니다. 어느덧 서울시 치과의사회 창립 100주년은 물론이지만, 개인적으로는 경주를 마지막으로 다녀온게 벌써 10년도 더 전이라는 사실과 얼마전 시작한것 같은 즐치 편집위원도 이제 끝이 보인다는데서 시간의 빠름을 느낍니다. 그렇기에 매일매일 치열하게 하루를 살아가시는 모든 분들의 다시 오지 않을 "오늘"을 응원합니다. 행복한 오늘을 보내세요.

안병덕 편집위원

즐거운 치과생활 제작에 참여하면서 저의 치과생활에도 활기와 즐거움을 얻은 귀한 시간이었습니다. 특히 경주여행은 학창시절 소녀로 돌아가 과거로 시간여행을 다녀온 느낌이 들었구요. 더불어 대한민국 치과 100년의 역사도 돌아볼 수 있었습니다.

바쁜 시간 속에서 즐치와 함께 여유를 느끼시길 바랍니다

박인영 편집위원

서울시치과의사회 100주년 기념호 두번째가 나왔습니다 기획연재로 함석태 선생님의 발자취를 계속 따라가겠습니다 그만큼 대한민국 치과의사라면 대한민국 최초 치과의사이자 문화 지킴이로써 함석태 선생님을 잘 알고 기억해야 될 것 같습니다 그 중요성을 도산 안창호 선생님의 격언을 빌려 표현하고 싶습니다 "자기 민족(대한민국 치과의사)의 역사를 모르는 사람은 그 민족(대한민국 치과의사)의 아들이 될 수 없다."

김형일 편집위원

마감은 다가오는데, 심상이 떠오르지 않아 조금했습니다. 이번 후기를 쓰는 것도 뭐라고 정리를 해야할지...이제 한권만 남겨두고 있어 미리 이별의 마음이 들어서 그랬나봅니다. 100이라는 주제로 두번째 준비를 하였습니다. 0부터 시작해 100이 된다는 것은 완전함을 위한 과정이라는 생각이 듭니다. 서울시치과의사회의 지난 100년을 통해 여러모로 치과계가 포화체가 되었습니다. 앞으로의 백년이 이것보다 좋을 수 있을까요? 어쩌면 저는 좋은 시절을 보냈을지도 모르겠다는 생각을 해봅니다. 저도 제 인생의 100년을 좋은 것으로 채워보겠습니다. 여러분도 안전한 남은 날들을 보내시길 바랍니다.

김아현 편집위원

올해는 서울시치과의사회가 창립 100주년을 맞이하는 뜻깊은 해입니다. 100년이라는 시간은 결코 짧지 않습니다. 그동안 우리 사회에서 치과의 역할과 구강보건의 중요성은 꾸준히 강조 되어 왔고 많은 변화와 발전을 이루었습니다. 2025년 가을 · 겨울호에서는 서울시치과의사회 창립 100주년이 가지는 의미를 독자 여러분과 깊이 나누고자 다양한 이야기와 정보들을 담았습니다.

한국인 최초의 치과의사이자 한성치과의사회 초대 회장인 함석태 선생님에 관한 이야기를 시작으로 하여 서울시치과의사회 100년사를 요약한 히스토리 월을 편집하여 마무리에 실어 보았습니다. 이전보다 큰 규모로 열린 구강보건의 날 행사는 다방면의 대국민 홍보 활동으로 구강보건의 의미를 되새기고, 구강 상식을 재미있는 방법으로 알 수 있는 여러 가지 참여 행사가 있었습니다. 이번 호에서는 이러한 행사를 준비하고 참여한 사람들의 모습을 담기 위해 노력하였습니다.

편집위원들과 함께한 경주 탐방 및 안 스테인의 그림은 과거로의 여행이었고, 과거와 현재를 연결하는 100년 기업 로아커 기업 이야기, 현재의 국가 구강검진제도, 내년에 실시될 돌봄통합지원법 관련 일본의 방문치과진료에 관한 글과 100세 시대를 향한 음식 이야기와 건강 상식은 미래의 이야기로 과거와 현재를 아우르고, 미래를 향하는 내용으로 채워보았습니다.

100주년 기념 여러 가지 행사 준비를 하면서 이전의 기록을 살펴보면 일제강점기 시절부터 '충치 예방의 날 행사'가 있었고, '자기 전 이 닦기 운동'이 전개되었습니다. '치아와 건강 전람회'를 개최하여 구강위생 강연도 이루어졌습니다. 함석태 선생은 투옥되었던 독립운동가 도산 안창호 선생의 틀니를 수리하고 이를 치료하여 주셨다고 합니다. 엄혹한 시절의 환경에 굴하지 않고 자기 분야에서 최선을 다하신 선배 치과인들이 대단하게 느껴지는 부분입니다.

100주년의 의미를 다시 한번 가슴에 새기며, 치과인으로서의 자부심을 안고 더 나은 내일을 향해 나아가길 기대합니다.

마지막으로 어느덧 다섯 번째나 되어 버린 책 만들기 여정에 항상 즐거운 마음으로 함께 해주신 편집위원님들께 깊이 감사드립니다.



박지혜  
즐거운 치과생활 편집인  
서울특별시치과의사회 공보이사

