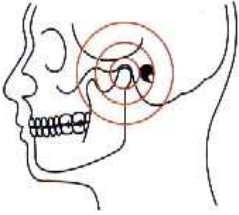


* 턱관절 장애 안내서 *



턱관절이란 옆머리뼈와 아래턱뼈가 귀 앞부분에서 만나 이루어진 관절을 말합니다. 턱관절 장애란 이 관절과 관련되어 나타나는 질환으로 크게 ▶ ① 관절내 구조문제, ② 관절을 움직이는 근육의 문제로 구별됩니다.

<주된 증상>

1. 턱관절에서 소리가 난다. (① "딱딱" ② "자그락 자그락")
2. 턱관절 부위 통증 및 주변 근육의 통증
3. 입 벌리는 양이 줄어들음
4. 기타 관련 증상으로 귀가 아프거나 이명, 두통이 나타나기도 한다.

<진단 검사 항목>

□ 기본검사

1. 임상 검사(기록지 작성)
2. 방사선(X-ray) 영상 검사
3. 심리 상태 검사

□ 부가정밀검사

4. 혈액 검사, CT, MRI
5. 진단 모형 분석 검사
6. 기타

<주의 사항>

1. 평소시 이를 물고 있지 않고, 턱의 긴장을 풀려고 노력한다.
2. 귀 앞에서 나는 소리를 확인하기 위해 또는 입을 벌렸을 때 아픈지를 확인하기 위해 일부러 입을 벌려보지 않는다.
3. 단단하고 질긴 음식의 섭취를 금한다. (예: 오징어, 질긴 고기 등등)
4. 통증이 있는 부위를 감싸는 온습포 요법이 도움을 준다. (15분씩 3회)
5. 당분간 입을 크게 벌리지 않도록 주의한다. (하품, 보쌈 먹을 때 유의)
6. 자세 및 습관 교정 (엎드려 자거나 턱을 괴지 않는다, 이를 갈지 않는다, 등)
7. 과도한 턱관절 운동을 삼간다. (예: 껌 오래 씹기, 말을 많이 하기 등)
8. 식사 시 양측 저작을 한다.
9. 긴장 완화 (스트레스를 줄인다.)

전북대학교 치과병원 구강내과 구강안면통증클리닉

Tel) 063-250-2054 Homepage) <http://odom1981.org> E-mail) cnuhodom@chonbuk.ac.kr