

"치아미백제, 안전하고 올바르게 사용하세요"

- 치아미백제 사용 시 주의사항 -

● '의약품 안전사용 매뉴얼'은 안전하고 효과적인 의약품이 적절한 품질을 확보하고 국민에게 공급될 수 있도록 의약품 안전관리를 책임지는 식품의약품안전처에서 일반 국민이 실생활에서 의약품을 안전하고 올바르게 사용하는 방법을 쉽게 이해하고 실제 실행에 옮길 수 있도록 다양한 주제로 직접 커뮤니케이션하는 시리즈 정보입니다. 이 자료는 식품의약품안전처 온라인 의약품서관(<http://drug.mfds.go.kr>)에서도 다운로드 받으실 수 있습니다.

치아미백은 미백 기능이 있는 물질을 이용하여 착색 또는 변색된 법랑질과 상아질을 원래의 색조로 또는 그 이상으로 밝고, 희고, 투명하게 만들어주는 것을 말합니다.

우리가 보는 치아는 법랑질과 상아질의 층으로 구성되어 있으며, 치아변색은 두 층에서 각각 다른 원인으로 일어날 수 있습니다.

법랑질은 눈으로 보이는 가장 바깥층으로서 밝고 투명한 층이지만, 이 법랑질에 구강위생불량이나 음식물 등에 포함되어 있던 색소물질이 스며들면 색소 물질에 의해 치아가 착색 됩니다. 일반적인 치아착색의 원인으로는 흡연으로 인한 착색, 커피, 초콜릿, 녹차, 김치 등의 음식물에 포함된 색소로 인한 착색이 있습니다.

법랑질 안쪽에는 상아질이 있습니다. 치아가 옅은 노란색으로 보이는 것은 투명층인 법랑질을 통해 상아질이 보이기 때문입니다. 상아질은 여러 가지 원인에 의해 변색을 일으킬 수 있는데 주요한 요인은 치아신경의 손상에 따른 괴사로 인한 변색, 충치, 노화, 전신질환, 특정 약 복용(항생제나 불소 복용) 등에 의해서 변색이 발생할 수 있습니다.

따라서 치아의 변색은 법랑질에 일어나는 착색과 상아질의 변색 두 가지의 복합 작용에 의해 일어납니다.

치아미백제는 치아에 착색된 부분을 산화시킴으로써 치아를 하얗게 만들어 주는 제품으로 과산화수소(Hydrogen peroxide)나 카바마이드퍼옥사이드(Carbamide peroxide)를 포함하는 제품이 있습니다. 법랑질은 무기질 결정 사이에 단백질이

포함된 유기질의 공간이 존재하며, 이 공간에 색소 물질이 쌓이면 치아 색상이 누렇게 변할 수 있는데, 산화제의 산화작용으로 단백질을 분해하여 수용성 물질로 변환시켜 치아 미백 효과를 나타냅니다.

치아미백제는 안전성, 인체에 대한 작용 정도 등에 따라 전문의약품, 일반의약품 및 의약외품으로 분류됩니다.

본 의약품 안전사용 매뉴얼에서는 치아미백제와 관련된 기본적인 정보를 제공하여 올바른 사용을 돕고자 합니다.

😊 치아미백에는 어떤 방법들이 있나요?

📖 전문가 미백

- 전문가 미백은 치아에 높은 농도의 치아미백제를 바른 뒤 미백 전용 광선을 이용하여 미백하는 방법으로 치과의사가 시술합니다. 1~3회 정도, 1회 30분~1시간 시술로 단 시간에 효과를 볼 수 있는 장점이 있습니다.
- 하지만, 고농도의 미백제를 사용하므로 치아 접촉부의 잇몸에 미백제가 묻으면 잇몸이 화상을 입을 우려가 있으므로 적절한 방어벽을 이용하여 잇몸 보호에 주의를 해야 합니다.

📖 일반 미백

- 일반 미백은 치과에서 치아 본을 떼서 각 개인의 치아에 맞는 장치인 미백틀(tray)을 만들거나 규격으로 제작된 치아틀 안에 미백제를 넣고 수 시간정도 치아에 장착하여 미백하는 방법입니다.
- 이 방법은 주의사항과 용법을 숙지한 뒤 가정에서 취침 시 사용할 수도 있으며, 전문가 미백에 비해 효과를 보기 위한 기간이 좀 더 오래 걸립니다.

📖 생활 미백(소비자미백)

- 3% 이하의 저농도 과산화수소 등이 포함된 치아미백제를 이용하여 가정에서 직접 사용할 수 있는 미백법으로 일반적으로 가장 흔히 접할 수 있는 방법입니다.
- 미백제에 표시된 용법·용량대로 꾸준히 사용하면 미백효과를 볼 수 있으며, 제품형태로는 젤형, 부착형, 치약형 등이 있습니다.

	전문가미백	일반미백	생활미백
분류	전문의약품	일반의약품	의약외품
시술시간	단시간 일반적으로 1~3회, 1회 30분~1시간	제품에 따라 다양 일반적으로 수일~수주	제품에 따라 다양 일반적으로 수일~수주
효과	1~3회의 시술로 효과	시간이 약간 더 걸리며 효과 있음	효과를 보기 위해서는 상당한 시간이 필요함
안전성	잇몸손상, 치아가 시릴 수 있음	치아가 시릴 수 있음	비교적 안전
특징	치과의사의 처방 및 진단에 따라 사용	치과의사, 약사와 상담 후 사용	일상생활에서 쉽게 접할 수 있는 미백법

※ 과산화수소를 포함하는 치아미백제는 과산화수소로서 3% 이하는 의약외품으로, 3% 초과하는 제품은 의약품으로 분류하고 있음



치아미백제 사용 시, 일반적으로 주의해야 할 점은 무엇인가요?

-  치아미백 후 시린증상이 나타날 수 있으며 증세가 심한 경우 미백을 중단하고 치과의사와 상의하여야 합니다.

 - 충치나 치주병이 심한 경우는 치료를 마친 후에 치아미백을 하는 것이 좋으며, 사전에 치과의사와 상의 하는 것이 좋습니다.
-  잇몸이 붉게 되거나 쓰라린 경우는 치아미백제 혹은 미백장치가 잘 맞지 않는 경우이므로 사용을 중지하고 치과의사와 상의하여야 합니다.
-  입안에 상처가 있는 경우 치아미백제에 의한 자극이 심하게 나타날 수 있으므로 치아미백제를 사용하기 전에 입안의 상태를 확인하여야 합니다.
-  권장사용법 보다 오랜기간 치아미백제를 사용하는 경우 치아가 약해질 수 있으므로 정해진 사용기간을 준수해야 합니다.
-  과량의 치아미백제를 섭취한 경우 심각한 문제를 일으킬 수 있으므로 치아미백제는 어린이 손이 닿지 않는 장소에 보관하여야 합니다.
-  치아미백제를 실수로 삼켰을 경우 즉시 토해낸 후 병원 응급실로 방문하여야 하며 치아미백제 용기 혹은 포장을 같이 가지고 가는 것이 좋습니다.
-  어떤 치아미백제를 사용하든 치아미백 후에는 이를 닦아 치아미백제가 입안에 남아서 예기치 않은 부작용을 일으키는 것을 막는 것이 좋습니다.

 - 치아미백 후 이를 닦을 때 치약을 사용하면 치아가 더 약해질 수 있으므로, 치약을 사용하지 말고 부드러운 칫솔로 이를 닦는 것이 좋습니다.
-  치아미백제를 치아미백 용도 이외에 다른 목적으로 사용해서는 안됩니다.
-  임신 중에는 치아미백제 사용을 피하는 것이 좋습니다.
-  흡연은 치아변색이 일어나는 가장 큰 원인 중 하나입니다. 금연이 가장 좋지만 금연하기 힘든 경우 특별히 치아관리를 위해 전문가의 상담을 받는 것이 좋습니다.

 치아미백 후 희고 밝은 치아를 유지하기 위해 평소 치아관리는 어떻게 하는 것이 좋나요?

-  담배나 색소가 강한 음식 (커피, 콜라, 녹차, 홍차 등)의 섭취는 피하거나 줄이는 것이 좋습니다.
-  식사 후에 바로 양치질을 하는 것이 가장 중요합니다.
-  정기적인 구강검진을 하는 것이 좋습니다.

 나에게 맞는 치아미백제는?

-  치아미백에 사용되는 미백제가 모든 치아변색에 효과가 만족스럽지 않을 수 있으므로 안전하고 효과적인 미백을 위해서는 치과의사와 상의하여 본인의 상황에 맞는 적절한 방법을 선택하는 것이 좋습니다.
-  일반적으로 미백성분의 농도가 높을수록 치아미백의 효과는 빨리 나타나는 것으로 알려져 있지만 그에 따른 부작용도 나타날 수 있습니다.

 식약처에서 허가한 치아미백제는 어디서 확인할 수 있나요?

-  식품의약품안전처에서 허가(신고)한 치아미백제에 대한 세부정보는 ‘이지드럭’ 사이트 (<http://ezdrug.mfds.go.kr> → 정보마당 → 의약품등 정보 → 제품정보 조회)에서 의약품 또는 의약외품의 제품명으로 검색하거나 ‘온라인의약도서관’(<http://drug.mfds.go.kr> → 의약품 검색)에서 의약품의 제품명 또는 효능·효과 등으로 검색하여 확인할 수 있습니다.

* 전문가 자문 : 신유석 교수(연세대학교 치과대학)

 의약품 안전사용 매뉴얼 - 치아미백제

발행부서 : 식품의약품안전처 의약품정책과, 식품의약품안전평가원 소화계약품과/화장품심사과
 발행일 : 2016. 12.
 식품의약품안전처 종합상담센터 1577-1255 식품의약품안전처 www.mfds.go.kr
 온라인의약도서관 <http://drug.mfds.go.kr>