

비타민 D의 충치예방 효과

http://mirian.kisti.re.kr/global/global_v.jsp?cn=GTB2012120077&service_code=03&left_num=2&goobun=C

KISTI 미리안 『글로벌동향브리핑』 2012-12-06

비타민 D가 충치예방에 중요한 역할을 한다는 연구 결과가 미국 워싱턴 대학의 Philippe Hujoel 박사 연구진이 Nutrition Reviews 학술지 12월 호에 발표한 연구 논문에서 제시되었다. 즉, 연구진은 1920년도부터 1980대까지 발표되었던 기존의 연구 결과들을 중심으로 여러 국가들에 거주하는 3,000 명의 아동들을 종합 분석한 결과 비타민 D가 충치 발생 위험성을 50% 감소시킨다는 결론을 얻게 되었다.

그동안 비타민 D가 뼈의 건강을 좌우한다는 사실은 알려져 있지만 충치 예방효과와 연관해서는 서로 이견들이 주장되었는데, 미국 의학협회와 미국 국립 연구협회는 1950년대 무렵에 비타민 D가 치아 건강관리에 유익하다는 사실을 발표한 바가 있다. 그러나 미국 치과 협회는 다소 다른 입장을 표명해왔으며 1989년도에 미국 국립연구협회가 비타민 D의 충치 예방 효력을 뒷받침하는 증거를 제시하지만 미국 치과 협회는 충치 예방 효과를 확인할 수 없다고 발표하였다. 또한 최근에도 미국 의학협회, 미국 인간 보건 서비스와 미국 치과 협회는 비타민 D와 충치 예방 효과의 연관성에 대한 어떤 결론도 내릴 수 없다고 주장하였다.

Hujoel 박사는 “여러 미국 정부 기관들마다 비타민 D의 충치 예방 효과에 대하여 서로 다른 의견들을 제시하였지만, 특정한 증거들을 기초로 해서 주장하지 않았다”고 밝히면서 이번 연구에서 비타민 D가 포함된 식품 또는 대구 간의 생선 기름이 포함된 음식 섭취를 통하여 또는 햇볕 노출을 통하여 혈중 비타민 D 수치가 증가하였던 아동들을 분석하는 임상 실험을 수행하였다. Hujoel 박사는 미국, 영국, 캐나다, 호주, 뉴질랜드 및 스웨덴 지역에서 수행된 임상 실험 결과들을 종합 분석하였는데 연구에 참여하였던 아동들의 학교, 병원 및 치과 병원 방문 기록들이 검토되었다. 연구 대상 아동들의 나이 분포는 2세에서 16세 사이였고 중앙 나이 값은 10세였다.

연구진이 주장한 비타민 D의 치아 충치 예방 효력에 대하여 미국 보스턴 의대의 Michael Hollick 박사는 “Hujoel 박사 연구진은 충치 예방과 관련하여 비타민 D의 중요성을 강조하였다. 따라서 이는 비타민 D 수치가 낮은 아동일수록 구강 건강 상태가 좋지 않고 충치 발생 가능성이 크다는 사실을 의미한다”고 지적하였다. 또한 현재 아동 중에서 충치 발생 경우들이 증가하고 있는 반면에 혈중 비타민 D 수치는 낮아지고 있다. Hujoel 박사는 “우리가 이번에 발견한 충치 예방과 관련하여 비타민 D의 중요성에 대하여 추후로 여러 의견들이 제시되겠지만 당분간은 임산부 또는 젊은 부모의 경우 비타민 D가 출생 자녀의 건강 유지에 매우 중요한 역할을 한다는 사실을 깨달으면 좋겠다. 결국 비타민 D는 뼈뿐만 아니라 치아의 건강 유지에도 좋다고 말할 수 있다”고 강조하였다. Hujoel 박사는 현재 미국 워싱턴 치대 교수로 재직하면서 저탄수화물 식단에 따른 영양섭취와 객관적인 증거들을 중심으로 결론을 도출하는 연구에 관심을 집중하고 있으며 설탕을 대체하는 물질, 치주 질환 치료에 사용되는 항생제, 구순열 및 구개열 기형 등을 연구하고 있다.

출처 : <http://www.medicalnewstoday.com/releases/253298.php>