



20192학기 전공 인텐시브 프로그램 운영 일지

교수학습개발센터
http://ctl.deu.ac.kr

학습 주제	구강병 예방을 위한 구강미생물 관리 방법
--------------	------------------------

※관련사진 첨부 필수

일시	2019년 10월 01일, 13시 - 14시(1시간)	참여 학생 수	34명
장소	의료보건관 909호	강사 성명	이민경

학습목표

- ① 치아우식증 예방을 위한 효과적인 방법에 대해 설명할 수 있다.
- ② 치주질환 예방을 위한 효과적인 방법을 설명할 수 있다.

학습 내용

1. 치아우식증 예방을 위한 효과적인 방법
 - 식이조절 : 당 섭취량, 섭취빈도를 조절
 - 잇솔질 : 정확한 방법으로 식사 후 및 잠자기 전 실시
 - 흡연과 음주 등 자제
 - 구강위생용품 활용
2. 치주질환 예방을 위한 효과적인 방법
 - 정기적인 스켈링 및 구강검진
 - 악습관 교정 및 무리한 저작 자제
 - 금연과 음주습관 개선
 - 스트레스를 최소화하고 적절한 운동을 병행할 것
 - 잇솔질 및 혀닦기를 정확히 하여 구강 내 미생물 조절
3. 타액량과 타액의 점조도
 - 타액의 양과 질은 구강질환 발생에 크게 기여하는 요소임
 - 타액선의 세포기능을 향상시키기 위한 천연물, 물리적 요법 등을 활용

관련 사진 (2장)

