

비말로 옮는 코로나 바이러스... 구강 위생 관리해야

치아·잇몸·구강점막 바이러스 제거의 중요성
베타딘 등 포비돈 요오드 성분 제품 효과적

기침, 재채기 등 비말로 전파되는 코로나19 탓에 효과적인 구강 위생 관리법에 대한 관심이 크다. 특히 최근 '빨간약'으로 잘 알려진 '포비돈 요오드' 성분이 구강 내 세균 및 바이러스에 대한 살균 효과를 보인다는 사실이 재조명되고 있다. 포비돈 요오드 성분을 함유한 구강용제품이 신종 코로나바이러스를 99.99% 이상 사멸하면서 바이러스 확산을 예방한다는 연구 때문이다. 포비돈 요오드 성분 제품을 개발하고 판매 중인 한국먼디파마의 홍우성 의학부 상무에게 포비돈 요오드 성분의 항바이러스 효과와 최신 연구를 물어본다.

Q. 코로나19 극복을 위해 노력을 기울이고 있는 것으로 알고 있다.
-하루 빨리 코로나19가 종식되기를 바란다. 현재 한국먼디파마에서 시판 중인 제품으로 바이러스 제거와 위생 관리에 도움이 되는 품목들이 원활하게 공급될 수 있도록 노력 중이며, 글로벌 차원에서 코로나19에 대한 여러 시험 연구를 진행하고 있다.
3월에는 전국지역아동센터협의회 서울특별시지부와 함



께 아동 및 청소년에게 주요 위생 용품을 기부하기도 했다. 당시 코로나19가 국내에서 갑작스럽게 확산돼 마스크 등 위생 용품에 대한 수요가 급증하면서 많은 이들이 물량 확보에 어려움을 겪었다. 그 중 어려움을 겪었던 아동 및 청소년의 건강을 보호할 수 있도록 진행한 기부였으며, 도움을 줄 수 있었던 것에 대해 기쁘게 생각한다.

Q. 먼디파마에서도 코로나19 연구를 착수했다고 알고 있다.
-먼디파마에서도 코로나19에 대한 연구를 세계 곳곳

에서 진행 중이며, 최근에는 대표적인 항바이러스 성분인 포비돈 요오드를 함유한 제품군을 대상으로 싱가포르 듀크-NUS 의과대학교 및 말레이시아 열대감염병연구교육센터인 TIDREC에서 진행한 시험관 실험 연구 결과를 최근 국제 학술지에 발표했다.

Q. 싱가포르 연구 결과에 대한 설명 부탁드립니다.
-6월 25일 '감염병과 치료' 저널에 게재 승인된 싱가포르 연구 결과에 따르면 여러 농도의 포비돈 요오드 제품군을 가지고 연구를 진행했는데 차이가 있으며, 연구에 사용된

소독액, 손세정액, 가글액, 인후스프레이 제품군 4종 모두 신종코로나바이러스에 대해 우수한 항바이러스 효과가 있다는 것이 확인됐다.

구체적으로는 포비돈 요오드를 각각 10%, 7%, 1%, 0.45%씩 함유하고 있는 네 가지 제품군으로 청정 환경에서 연구를 진행했다. 그 결과 제품군 4종 모두 30초 이내 99.99% 바이러스 감소 효과가 있는 것으로 나타났다. 이번 연구에는 국내에서 판매 중인 인후스프레이 제품(포비돈 요오드 0.45% 함유) 뿐만 아니라 소독액 및 손 세

▲ 효과적인 구강 위생 관리에는 신종코로나바이러스 외에도 독감, 신종 인플루엔자, 인후염 등 다른 호흡기 질환의 감염 예방에 도움을 줄 수 있다.

정액 제품이 포함됐다는 것이 주목할 만하다.

Q. 말레이시아 연구 결과는.
-지난 6월 26일 영국 치과학저널에서 발표된 말레이시아 연구 결과에 따르면 포비돈 요오드를 1% 함유한 가글액과 이를 1:2 비율로 희석한 0.5% 농도의 가글액에서 모두 신종코로나바이러스에 대해 의미 있는 항바이러스 효과를 나타내는 것으로 확인됐다.

구체적으로는 포비돈 요오드 1%와 0.5% 두 가지 농도의 가글액을 청정과 오염 2가지 조건 하에서 바이러스 배양 상태를 구분해 사멸 효과를 관찰했다. 그 결과 포비돈 요오드 1%와 0.5%의 가글액 모두 15초 이내 99.99% 이상의 의미 있는 바이러스 비활성화 효과를 나타냈다. 특히, 15초라는 짧은 시간 이내 신종코로나바이러스를 제거하는 사멸 효과를 보인 것은 주목할 만한 결과이다.

Q. 포비돈 요오드가 포스트 코로나 시대에 어떤 도움을 줄 수 있는가.
-이번 두 연구를 통해 신종코로나바이러스에 대한 포비돈 요오드 성분의 빠르고 우수한 항바이러스 효과를 확인한 만큼 포비돈 요오드 함유 제품군이 효과적인 개인 위생 관리에 기여할 것으로 기대한다.

또한, 포비돈 요오드는 앞서 기존의 여러 시험관 내 연

구를 통해 중증급성호흡기증후군(SARS) 및 중동호흡기증후군(MERS) 질환의 원인이 되는 사스 코로나바이러스(SARS-CoV) 및 메르스 코로나바이러스(MERS-CoV)에 대해서도 99.99%의 높은 항바이러스 효과를 보였으며, 폐렴간균, 폐렴연쇄상구균, 신종 인플루엔자 바이러스 등에 대해서도 광범위한 항균 및 항바이러스 효과를 나타냈다.

Q. 포비돈 요오드 성분 함유된 제품이 국내에서도 판매되고 있는지.

-그렇다. 구강용으로 사용할 수 있는 제품은 포비돈 요오드를 0.45% 함유한 인후스프레이가 일반의약품으로 국내 시판 중이며, 동일한 포비돈 요오드 성분의 제품으로 여성 질염 치료의 목적의 질세정액 제품과 상처 연고 제품, 병원에서 사용되는 10% 소독액 및 7% 손세정액 등 다양한 형태로 제공하고 있다.

Q. 코로나19 확산 방지를 위해 꼭 알아야 할 예방 수칙이 있다면.

-생활 속 거리두기 준수, 손 씻기, 마스크 착용 생활화가 계속 이어져야 한다. 동시에 신종코로나바이러스가 재채기나 기침 등 비말로 통해 주로 전파되는 것으로 알려진 만큼 구강 위생 관리에도 힘써야 한다. 하지만 구강 위생 관리 중요성에 대해서는 아직 인식이 뿌리 깊게 자리 잡지 못한 것 같다.

흔히 구강 건강이라고 하면 치아에 국한되어 생각하기 마련이다. 하지만 잇몸, 입 안 점막 등 구강 전체 기관으로 인식을 확대하고 구강 내 세균과 바이러스를 제거하는데도 노력을 기울여야 한다. 효과적인 구강 위생 관리는 신종코로나바이러스 외에도 독감, 신종 인플루엔자, 인후염 등 다른 호흡기 질환의 감염 예방에 도움을 줄 수 있다.



▲ 한국먼디파마 홍우성 상무는 "치아뿐 아니라 잇몸, 입 안 점막 등 구강 전체의 세균과 바이러스를 제거하는데도 노력을 기울여야 한다"고 말했다./한국먼디파마 제공

뇌까지 가는 콩단백질, 기억력 감퇴 막는다



알츠하이머 치매 생쥐의 기억력 저하 완화시켜

콩 단백질이 알츠하이머 치매 환자의 기억력 감퇴를 개선할 수 있다는 연구결과가 나왔다. 아직 동물실험 단계이지만 연구가 발전하면 식품으로도 치매 증상을 완화시킬 수 있다는 희망을 안겨준다. 일본 규슈대의 토시로 마츠이 교수 연구진은 지난 19일 네이처출판그룹이 발간하는 학술지 'npj 식품과학'에 "뇌로 전달되는 콩 단백질 성분은 생쥐의 기억력 퇴화를 감소시켰다"고 밝혔다. 연구진은 콩에서 추출한 디

▲ 깍지 속에 들어있는 풋콩. 일본 연구진이 콩의 한 단백질 성분이 치매로 인한 기억력 감퇴를 완화할 수 있음을 동물실험으로 확인했다./일 규슈대

펩타이드에 주목했다. 디펩타이드는 단백질을 구성하는 아미노산이 두 개 결합한 형태를 말한다. 앞서 연구진은 티로신(Tyr)과 프롤린(Pro) 아미노산이 결합한 디펩타이드가 다른 단백질 성분과 달리 뇌까지 전달되는 것을 확인했다. 뇌에는 이물질의 침입을 막는 혈뇌장벽(血腦障壁·Blood

Brain Barrier)이 있다. 산소나 영양분은 혈관에서 뇌로 가지만, 그보다 큰 단백질 등은 혈관을 둘러싼 내피세포라는 장벽에 막혀 뇌로 가지 못한다.

마츠이 교수는 "앞서 연구로 혈뇌장벽을 통과하는 디펩타이드를 처음으로 찾았다면, 이번 연구는 이 디펩타이드가 생쥐의 기억력에 영향을 미칠 수 있음을 보였다"고 밝혔다.

◇뇌장벽 통과하는 유일한 콩 단백질

연구진은 생쥐에게 베타 아밀로이드 단백질을 투여해 뇌 기능 저하를 유도했다. 알츠하이머 치매는 뇌에 이 베타 아밀로이드 단백질을 비정상적으로 축적되면서 발생한다. 이 생쥐들에게는 몸무게 1kg당 100mg씩 16일 동안 티로신-프롤린 펩타이드를 먹였다. 단기 기억력을 알아보는 미로(迷路) 시험에서 콩 단백질

성분을 섭취한 치매 생쥐는 다른 치매 생쥐보다 미로를 더 많이 탐색하는 성향을 보였다. 이는 단기 기억력이 있어야 가능한 일이다. 두 집단 모두 정상 생쥐보다는 기억력이 떨어졌지만, 최소한 콩 단백질 성분으로 치매 증상을 완화할 수는 있다는 기대를 할 수 있다.

연구진은 생쥐에게 어두운 곳에 가면 전기충격을 주는 실험을 했다. 장기 기억력이 좋으면 생쥐가 밝은 곳을 더 찾는다. 이번 실험에서도 콩 단백질 성분을 섭취한 치매 생쥐가 일반 치매 생쥐보다 뛰어났다 연구진은 밝혔다. 마츠이 교수는 "인간에도 같은 효과가 있는지 연구를 해야 하지만, 이번 연구로 기억력 퇴화를 막거나 심지어 기억력을 강화할 수 있는 가능성 식품에 한 걸음 더 가까이 갔기를 희망한다"고 말했다.

윤세웅 척추신경 교정의료원

DR. MICHAEL YOON

CENTURY CHIROPRACTIC WELLNESS CENTRE



『뱀 마디마디가 아프십니까?』

옛말에...
굴러가는 돌속에 이끼가 끼지 않는다..
라는 말이 있듯이 가벼운 운동이나 교정을 지속적으로 받으시면 행복하고 건강한 삶을 오래도록 유지할 수 있습니다.

척추신경이상에서 오는 증세:

두통과 목이 뻐뻐하고
팔다리가 무기력하고 저리고,
어깨와 허리가 통증이 오고
관절마다 신경통이 오고,
두통후 각종 후유증이 오는 것 등이
척추신경에서 오는 증세입니다.

교정

교통사고 = 척추
운동사고 = 관절
직장사고 = 근육

건강비법(秘法)은?

깨면·쾌식·쾌변이 되어야 합니다.
잘먹고 잘자고 잘배출될 수 있는 비결은 어디에
있습니까? 인체의 몸통은 관절마디마디로
이어져 있습니다. 마디마디를 운동과 교정으로
풀어주셔야 합니다. 주기적으로 교정을 해 줌으로서
탈없이 건강하고 행복한 인생을 보낼수 있습니다.

무료상담 해 드립니다.

윤세웅 원장 (교정사)

약력: 미국 샌프란시스코 5년 개업 운영
한국 교정사회 지도위원
대한 합기도 검무관 캐나다부분 사범
현,세기 척추교정의료원 운영

TEL: (403)289.8285 FAX: (403)338.1808 #312A - 3630 BRENTWOOD ROAD N.W. CALGARY AB. T2L1K8

윤세웅 척추신경의는 미국내 굴지의 각종 운송업체, 용역업체 직원들을 정기적으로 교정치료 하는 실력있는 척추신경전문의 입니다.