겨울철 불청객 '피부 건조증'

탄력·미백 한번에 '갤럭시 치료' 인기

쌀쌀한 바깥 날씨, 반대로 따뜻한 실내 공기. 들쭉날쭉한 온도차에 피부 속 수분은 마르고, 쉽게 붉어진다. 입술도 트고, 심할 경우 온몸이 가렵고 당긴다.

이 때문에 겨울은 여성에겐 반갑지 않은 '불청객'이다. 최근엔 고주파와 레이저, IPL(Intense Pulsed Light) 에너지 장점만을 모아 동시에 치료하는 '갤럭시 치료'가 큰 인기를 얻고 있다. 15분~30분 치료로 피부를 탄력 있게 만들어주며, 주름·모공·여드름·흉터 등을 한꺼번에 없애주기 때문. 시술 뒤에는 곧바로 일상생활을 할 수 있다.

하지만 무엇보다 예방이 우선. 올 겨울 건강한 겨울나기로, 피부 미인으로 거듭나자. 다음은 피부 유형별 관리법.

지성 피부도 잦은 사우나 안좋아 건성피부, 보습보단 클린징 중요

◇지성 피부=기름기 제거를 위해 지나치게 씻거나 문지르면 오히려 피부 상태가 나빠질 수 있다. 메이크업을 지우고 얼굴을 씻은 뒤에는 알코올 성분이 있는 오일프리 타입의 기초제품으로 피부를 정돈하는 게 좋다. 수분 크림을 바르는 것도 건조증을 막을 수 있다.

과다한 피지로 넓어진 모공은 천연 팩으로 관리해준다. 녹차 팩은 비타민 A, 비타민 C가 풍부해 피부를 맑게 해주고, 기미나 주근깨를 예방, 여드름 치료 등에 효과적이다. 율피는 타닌 성분이 모공을 줄이는 효과가 있고, 달걀흰자는 피지 흡착력이 뛰어나다.

◇건성 피부='보습'보다는 제대로 된 '클렌징'에 더 신경 쓰자. 오랫동안 스팀을 쬐거나 미네랄워터로 된 스프레이를 뿌리면 피부 보호막을 손상시켜 오히려 더 건조해질 수 있다.

촉촉한 피부를 유지하려면, 알칼리 성분이 강한 비누보다는 순한 오일이나 크림 타입 클렌저를 써야 한다. 잔주름 예방을 위해 특히 눈과 입 주변은 전용 제품을 쓰는 게 좋다.

피부가 심하게 당길 때는 녹황색 채소나 간·달걀노른자와 같은 비타민A가 들어있는 음식을 먹으면 도움이 된다.

각질 제거에는 '레드와인'나 '떠먹는 요구르트' 팩이 좋다. 적포도주에 포함된 AHA 성분은 각질을 제거하고 피부 결을 부드럽게 하는 효과가 있으며, 유제품에는 젖산이 풍부해 보습에 효과적이다.

◇복합성 피부=T존(이마·코·턱)에는 피지가 많고, U존(볼과 입술 주위)에는 수분이 부족해 각질이 많고 화장이 잘 안 받는다. T존은 딥 클린징, 눈 주위는 민감성 클렌저를 써 따로 관리해야 한다. 볼은 건성 피부 관리법에 따르는 게 좋다. 잠을 적게 자거나 스트레스를 받으면 피부 부위별 불균형 현상을 가져올 수 있어 생활습관에도 주의해야 한다.

◇민감성 피부=작은 바람에도 얼굴이 쉽게 빨개지며, 화장품을 발라도 가끔 따끔거린다. 비누나 물을 바꿔 써도 문제가 생길 수 있다. 화장품은 가짓수가 적은 것을 선택하고, 팩도 반드시 테스트를 해봐야 한다. 바나나, 율무, 꿀 팩이 효과적이다. 과도하게 각질을 없애면 피부가 더욱 건조해질 수 있으므로 주의해야 한다.

/이승배기자 lsb54@kwangju.co.kr

도움말=조선대병원 피부과 박만규 교수

박만규 조선대병원 피부과 교수가 '갤럭시 치료'로 피부 건조증 환자를 시술하고 있다. /최현배기자 choi@kwangju.co.kr

의료 라운지 Medical lounge

전남대병원과 광주보훈병원이 의료협약을 체결했다. 사진 왼쪽부터 정창영 광주보훈병원장, 김하경 한국보훈복지의료공단 이사장, 강정채 전남대 총장, 김상형 전남대병원장.

전남대병원·광주보훈병원 의료협약 체결

전남대병원(병원장 김상형)과 광주보훈병원(병원장 정창영)이 지역주민의 보건향상을 위해 의료협약을 체결했다.

전남대 강정채 총장과 한국보훈복지의료공단 김하경 이사장은 지난 18일 전남대병원 6동 2층 회의실에서 '의료협력 기본협약 조인식'을 갖고 국가 유공자 및 지역 주민들에게 수준 높은 의료서비스를 제공하는데 공동 협력하기로 했다.

두 병원은 협약식에서 ▲의료진 파견 가능 ▲국가 유공자 및 지역주민 보건향상을 위한 진료사업 ▲학술적 자문 및 의학적 지식과 기술지원 ▲의료요원의 수련 등에 협력키로 했다.

두 병원은 이를 위해 병원장이 공동위원장인 '전남대병원·광주보훈병원 협진위원회'를 구성, 주요 사항 등을 논의할 예정이다.

"3차원 영상으로 안면 비대칭 진단"

전남대병원 황현식교수팀 개발

전남대병원 치과진료처 황현식(47·사진) 교수팀이 개발한 3차원 안면 영상 진단법이 교정분야 권위지인 미국 교정학회지(AJO-DO) 최신호에 소개됐다.

황 교수와 이기헌(교정과)·강병철(치과방사선과) 교수로 꾸려진 연구팀은 컴퓨터 단층사진(CT)의 데이터를 3차원 영상으로 재구성 한 뒤 3차원 계측을 통한 분석 방법을 개발했다.

지금까지 안면 진단에는 2차원 방사선 사진이 주로 사용돼 정밀 분석에 한계가 있었지만, 황 교수 팀의 3차원 안면 영상 진단법은 안면 비대칭을 비롯한 정밀 진단에도 효과적인 것으로 알려졌다.

황 교수는 3차원 영상 진단법을 연구하면서 미국 등 세계 각국에서 초청 강연을 해 왔으며, 최근에는 독일의 한 학술신문에 3차원 안면 비대칭 분석방법이 전면에 걸쳐 특집으로 소개되는 등 명성을 쌓고 있다.

황 교수는 "앞으로 소프트웨어 개발 등 산학 협동연구에도 힘을 쏟아 3차원 분야 연구발전에 공헌할 수 있도록 노력하겠다"고 말했다. /이승배기자 lsb54@

전남대병원 주사제·항생제 적게 쓴다

전국 평균 크게 밑돌아

전남대병원과 화순전남대병원의 주사제 및 항생제 처방률이 전국 평균치보다 크게 낮은 것으로 조사됐다.

22일 건강보험심사평가원에 따르면 지난해 2분기 전국 2만3천495개 의료기관의 외래 주사제 처방률 조사한 결과 전남대병원 주사제 처방률은 2.15%로, 연세대 영동세브란스병원(1.97%)에 이어 두 번째로 낮았다. 이는 전국 43개 종합전문병원의 평균 처방률(3.35%)보다 낮은 수치다.

또 감기 등 항생제 처방률 조사에서도 전남대병원은 처방률 33.43%로, 종합전문병원(평균 처방률 45.2%) 가운데 5번째로 처방률이 낮았다. 지난해 공개한 2005년도 3분기 조사 때 전국 7번째에서 두 단계 더 낮아졌다.

화순 전남대병원의 주사제 처방률 또한 3.07%로 전국 241개 종합병원 평균 처방률 9.67%을 크게 밑돌았으며, 항생제 처방률은 38.1%로 평균 처방률 48.9%보다 낮았다. /이승배기자 lsb54@

임신 원하면 '트랜스지방' 멀리해라

美 하버드대…매일 4g만 먹어도 불임위험 최고 2배

임신을 원하는 여성은 트랜스 지방을 멀리해야 한다는 연구 결과가 나왔다.

미국 하버드대 보건대학원의 호르헤 차바로 박사는 영양학전문지 '임상 영양학 저널(Journal of Clinical Nutrition)' 최신호에 발표한 연구논문에서, 임신을 원하는 건강한 여성 1만8천555명을 대상으로 9년 동안 조사 분석한 결과 탄수화물 대신 트랜스 지방에서 얻는 칼로리가 2% 늘면 불임 위험이 83% 높아지는 것으로 나타났다고 밝혔다.

차바로 박사는 오메가-6 다불포화지방산에서 섭취하는 칼로리 중 2%를 트랜스 지방으로 바꿨을 때는 불임위험이 79% 상승했고, 오메가-3 단불포화지방산에서 섭취하는 칼로리 중 2%를 트랜스 지방으로 대체했을 때는 임신을 못할 확률이 2배 이상 높아졌다고 덧붙였다.

차바로 박사는 "트랜스 지방 2%의 양은 여성의 하루 칼로리 섭취량을 1천800이라고 했을 때 불과 4g에 해당하는 것"이라면서 "이는 여성이 트랜스 지방 섭취를 조금만 늘려고 임신 성공률에 상당한 영향을 미칠 수 있음을 보여주는 결과"라고 말했다.

한편 트랜스 지방은 감자칩 같은 튀긴 음식·비스킷 등에 주로 많이 들어있으며, 심장질환과 당뇨병 위험을 높여주는 것으로 알려져 있다. /연합뉴스

대인동삼일부동산
☎(代)223-1140, 5210 핸011-602-2532
(광주은행 신본점옆, 대인동 소방서건너편)

모텔 목욕탕 및 각종 상가건물을 빨리 팔고 싶으시거나 임대를 내놓고 싶으시면 저희 부동산으로 오십시오.
저희 부동산은 오래도록 광주시내권 및 시외손님으로 모텔·목욕탕 및 각종 상가건물 사실분과 얻으실 분 손님을 많이 확보하고 있습니다.
사장님께서 소유하고 계신 건물을 팔거나 임대를 내놓고 싶으시면 저희 부동산에서 빠르고 정확하게 일해 드리겠습니다.
다만, 사장님께서 저희 부동산에 내놓으신 소중한 건물은 철저하게 비밀보장하여 조용히 팔아드리겠습니다.

LC타워(주)
☎(代)972-8004, 핸010-7154-6996
첨단지구 LC타워
첨단 최고의 요지 최적의 조건으로 임대합니다.
★일일 유동인구 1만명이상
★유명메이커 운집
◉각종학원임대◉ 50~90평 라이브 홀 임대 222평
[각층분할가능]
병·의원 임대 3층:88평, 212평 안과, 피부과, 신경외과, 성형외과
학원및 사무실 임대 30~90평 평수 다양 보유
스카이 라운지 5층:222평 스카이라운지, 훼밀리레스토랑

일가공인중개사
☎(代)234-8216 핸011-609-0896
(광주우체국부근)
상가건물 매매
·충장로 대지 75평 5층건물 2억/1,700만 21억
·금남로 문화전당옆 대로변 5층 1억5천/900만 20억
·전대후문 대로변 75평 3층 8천만/800만 16억
·화동 15m×15m코너 대지 50평 5층 2천5백/270만 3억
·황금동 편편약국근처 89평 2억/900만 20억
·광산구 구 도청옆 112평 단층건물 10억
·조대 대로변 대지 228평 단층 평당350만원
·금호동 종원아파트옆 대로접 330평 단층 당400만
토지매매
·운림동 신라예식장앞 대로접 480평 당200만(전체전용됨)
·주월동 장미아파트앞 대200평 당250만
·광-송간 공항진철역 옆 대로접 1,400평 당100만
·봉선동 25m 도로접 700평 당 300만
·금호동 아파트 밀집지역 인근800평 당200만
·운남동 삼성아파트 후문앞 코너 192평 당200만
·문흥동 개발제한구역 임야 1만평 당1만5천
·도천동 60m 도로개설중 옆 자연녹지 5천평, 2천평, 당65만
·선암동 호대옆 대로변 1,300평 당160만
·선암동 호대옆 1,000평 당90만
·지산동 녹지 1,100평 당 35만
·선교동 임야4만원 당3만
·광산구 덕림동 관리지역 3,200평 당6만
·화순 도곡 임야(야산)3만평 당1만
·화순 도곡 관리지역 3천평 당6만
·화순 도곡온천 인근 관리지역 2만평 당10만
·화순 남면 계곡접 관리지역 6만평 당1만원
·담양읍 임야(묘집적합)2,700평 당6만
전원주택
·운림동 성촌부락 대지 160평 당130만
·운림동 녹지 340평 당30만
·운림동 대지 280평 당50만
·화순 남면 한옥 대지 200평 4,000만
·화순 남면 대지, 전 한옥750평 1억
·담양 창평 소재지 대지 700평 당30만
기타부동산
·화순 한천 금전저수지 위쪽 임야 6만6천평 당7천원
·화순 계곡접 임야 14만평 당4천원(임도개설, 가로수식재)
·화순 남면 계곡접 주택1동 3천평 당3만
·화순 남면 임야 3만평 당 5천원
·장흥 회진 바닷가접 황토주택 4천평 당10만
※광주인근 관리지역 임야, 전, 답 구함
※황토주택 동호인을 모십니다

믿음공인중개사
☎(代)971-4911 핸011-627-0876
(첨단지구 우리은행사거리 세종문구옆)
첨단지구,쌍암동,월계동 상업지역 토지
·토지:508평(옷매장,병원,음식점,음악홀,기타)용도적합 평당470만원
·토지:250평(각종매장,병원,학원,사무실,기타)용도적합 평당530만원
·토지:125평(음식점,유흥주점,음악홀,오락실)용도적합 평당430만원
·토지:100평(음식점,음악홀,맥주홀,기타)용도적합 평당310만원
·토지:1100평(복합상가,병원,예식장,학원)용도적합 평당340만원
상가건물 매도
·대지570평 건평1864평 보11억3천 월세2천만원 매도55억
·대지135평 건평272평 보1억5천 월세650만원 매도9억7천
·대지180평 건평367평 보9천 월세800만원 매도9억5천
·대지100평 건평155평 보6천 월세300만원 매도5억4천
첨단지역 인근자연, 생산녹지
·토지:대촌동도로접 880평(물류,음식점,공장)용도적합 평당75만원
·토지:대촌동도로접 980평(물류,창고,음식점)용도적합 평당75만원
·토지:비아동 30m도로계획선접 807평 평당65만원
첨단지역 음식점 임대차
·음식점 횟집:1층30평 2층105평 3층105평 시설완비 성업중 주차장완비 보증금 1억 월세600만원
·음식점:1층125평 2층125평 시설완비 시설비 3억3천 지하주차시설 보증금3억 월세1200만원
상가임대 및 분양
·1층 52평 60평 85평(옷매장,각종매장)임대가 평당800~1000만원
·2층3층 200평(병원,사무실,학원)임대가 평당200~250만원(분할가능)
◉부동산 교환(토지,건물) 지역관계 없음

동부부동산(주)
☎010-4628-5454
(상무지구 구영오피스텔 1103호)
1. 광산구 도천동(비아I.C) 122-1외 2필지 약 5,252평 수완지구↔첨단지구 30m도로 주변/진입로연결
- 용 도 : 골프연습장(거리173m), 물류창고, 집회시설
- 매매가 : 평당70만원
2. 첨단C.G.V영화관 6층상가 약 255평 첨단부영, 호반(약5,000세대이상),롯데마트/향후상권최고
- 용 도 : 플레이랜드, 대형식당, 학원
- 매매가 : 약 7억/분양가 14억(50%)
3. 북구 동림동 827-7번지 대지481평, 건평352평 동림지구↔수완지구간대로변
- 용 도 : 대형전시장(가구,가전), 물류창고, 공장
- 매매가 : 약 18억(조정가)
4. 서구 금호동 상가대지 약156평, 건평 672평 금호지구 최고상권, 보증금3억/월1,500만원 예상
- 용 도 : 대형학원, 병원, 식당
- 매매가 : 약 18억(감정22억)
5. 서구 금호동 829-4번지 상가 대지115평, 건평270평 금호부영아파트후문대로변(금호지구↔마재우체국)
- 용 도 : 식당, 학원, 회사사옥 보증금 1억3천만/월400만원
- 매매가 : 약7억(조정가)/대출4억
6. 남구 주월동 무등시장입구 상가2층 대지67평, 건평88평 보증금 6천만원 월 400만원(대출2억가능)
- 매매가 : 약 5억원(조정가)
7. 남구 압촌동(대촌)대지 약1,200평, 건평100평
- 용 도 : 회사사옥, 물류창고, 혁신도시 인접개발최고상승가능
- 매매가 : 평당100만원
◉아파트 급매
- 주월동 해태아파트 38평형 매매가 1억3천만원
- 쌍촌동 섬우아파트(신규) 34평형 1억6천4백만원(조정)
- 쌍촌동 섬우아파트(신규) 35평형 1억6천9백만원(조정)
◉임 야
- 화순군 도곡면 도장리 산47-1외2필지 약 17,000평 평당7,000원
- 완도군 고금면 대신리 해안도로가 4필지 약 4,000평 평당15만원

토우드공인중개사
☎062)384-1995, 핸011-622-1995
(상무지구내)
토 지
●산막동 800평 답 도로접 평당9만원
●진곡동 3000평 하남4단지 예정부지 도로접 투자최적 평당12만(급매)
●고룡동 500평 공구상 대형화물 카센터 1종일반주거지역 평당75만
●도산동 370평 원룸부지 지하철역3분거리 평당110만
●송정동 120평 주거지역 도로접 평당105만
●옥동 600평 주거지역, 평동공단근처 부지최적 평당65만
●세하동 1200평 1종주거지역 평당55만
●장덕동 320평 자연녹지 주유소부지 평당250만
●수완동 750평 자연녹지 투자최적 평당65만
●수완동 1200평 자연녹지 평당65만
●동림동 1100평 대로접 생산녹지, 담보안고인수, 평당180만
●화암동 200평 답 난,식물원적합 평당25만
●흑석동 580평 답 하남3지구 중심상업블럭 예상부지, 투자적합 평당150만
●소촌동 1100평 2종주거지역, 고물상부지, 다용도, 평당55만
●신창동 600평 답 생산녹지, 6차선 확장도로 근처, 투자적합, 평당55만
●도천동 510평 답 공단8번도로건너편, 도로접, 수완지구인근, 물류창고, 평당80만
●선암동 600평 답 삼거리도로접, 물류창고, 공장부지, 평당72만
●용전동 1850평 답 6차선신설3면도로접, 주유소부지, 물류창고, 평당120만
상가·건물
●부영아파트 상가 26평, 매가1억4천9백(조정가, 급매)
●부영아파트 상가 47평, 매가2억3천5백
●담보안고 스포츠타운 법인 인수하실분
●상무지구 삼성서비스센터2층 68평, 매3억, 보증금6천, 월187만포함, 융자없음
●수완지구 전문 중개 사무소(새확장으로 인한 섬심한 실장님 모십니다)

정우부동산
☎(代)675-4788~7 핸011-603-4788
(봉선동 한일병원부근)
건물매도
·외곽도로변 한일병원부근 대지120평 약400평 지하1층, 지상5층 매매가13억 임대보증금 약2억 월450만원
·외곽도로변 대지84평 건평 약300평 지하1층 지상5층 각층당50평 매매가7억5천 보증금 1억3천 월420만원 융자3억
토지매매
·한일병원부근 대지 약150평 평당 매매가 250만원
·봉선동 라인하이츠 입구 부근 대지 약185평 매매가 4억4천만원
·남구 봉선동 무등2차 정문부근 대지 약200평 2차선접 매매가 평당400만원
·월산동 외곽도로 대지 약160평 35m×10m도로코너 평당 450만원
·인성고 후문부근 대지 약204평 평당120만원
·남구 이장동 주거지역 약400평 평당60만원
임야매매
·남구 도금동 임야 21000평 매매가 6억 신설예정 도로인접
·담양고서 임야(대부분 전으로 이용중) 9700평 평당6만5천원
·남구 이장동 답1500평 평당35만원(개발제한구역)
생산녹지
·서구 치평동 답 약500평 4차선도로접 평당250만원

정밀하고 과학적인 검증
(주)홈컨부동산 리서치 중개
상무지구 시청앞 한국은행후문옆
☎062)233-2222 www.homecon.co.kr(부동산지식1등)
一生 최대의 쇼핑! 직접하기엔 너무 위험합니다
'信義'와 '科學', 매수 대행 전문
계약에 집착하지 않고, 최적 물건을 찾아서 안내합니다
시장흐름, 收支분석, risk분석 등 정밀분석후 안내합니다
專屬매수의뢰계약을 체결하고, 買受만 대행합니다
고객과 면접하고, 공감대 형성 후 업무를 개시합니다
信義를 지키는 공동중개를 하겠습니다(약정서 교부)
명예와 양심, 법적으로 책임질 수 있는 문서로 합니다
천천히 합니다 그러나 정확하게 하겠습니다

책임연구원 공인중개사 박길수
대표 주요경력
• 전남고 졸업
• 성균관대학교 법학과 졸업(94년)
• 삼성그룹 기업법무 약10년
-해외합작계약, M&A계약
-기업 상장, 사업분석 및 IR업무
-소송, 각종의견서 업무 지원 등
• (주)갤러리존 운영법인 대표(시내)
• (주)다승인터내셔널 대표(무역)
• (주)사랑방신문사 부서장
• 부동산업관련 실무교본 저자
※ 외국기업 등 원어상담 가능
하나를 하더라도, 바르고 정확하게 하겠습니다
한번 인연, 평생 소중히
네이버에서 홈컨부동산 만 치세요