여름철 여드름 예방과 치료법

스트레스 줄이고 짙은 화장 피하라

날씨가 더워질수록 여드름환자가 늘어난다. 피지 분비가 늘어 기름기가 많아진데다, 땀으로 인해 여드름도 나빠지기 때문이다. 여드름은 초기 치료를 어떻게 하느냐에 따라 피부의 앞날이 결정된다. 여드름은 늘 재발하고, 한번 생긴 여드름 흉터는 평생 지속되기 때문이다. 여드름이 염증으로 인해 충혈 되면서 붉어지기 시작하면 더 이상 치료시기를 늦춰서는 안된다. 특히 사춘기 청소년들에게는 여드름이 단순한 피부트러블이 아니다. 자신의 자아상을 확립하는데 영향을 미치고, 대인관계 기피증이나 우울증을 초래하기도하며, 심한 경우 자살 충동을 느낀다고 한다.

여드름은 자기관리가 중요하며, 심할 경우 전문의의 진단이 필요하다. 신삼식 맑은피부과원장이 레이저로 여성 환자의 여드름 균을 파괴하고 있다.

손 대거나 타월 사용땐 2차 감염 위험
레이저시술 종류·형태 따라 선택해야

◇여드름의 진행=여드름은 사춘기에만 생기는 것이 아니다. 연령에 따라 평생 생긴다고 할 수 있다. 먼저 사춘기 여드름은 두꺼워진 피부 각질층과 왕성해진 남성호르몬 때문에 생긴다. 피지분비가 많은 얼굴, 목, 등, 가슴, 어깨에 생기기 시작해 심한 경우 가슴, 어깨, 등에 큰 농을 동반한 여드름이 생기고 나중에 심한 흉터를 남기게 된다.

23, 30대 여드름은 주로 스트레스와 화장품, 호르몬에 의한 경우가 흔한데, 생리 일주일전에 여성호르몬 때문에 생긴 여드름이나 화장품, 몸치장 용품 때문에 생기고, 또 직장이나 사회생활로 스트레스가 많아지면서 부신피질호르몬의 증가로 인해 피지분비가 많아져서 여드름이 생긴다. 사춘기 전 어린아이들의 여드름은 주로 엄마에게서 받은 호르몬으로 생긴다.

◇여드름 관리 및 치료=여드름이 많은 청소년의 경우에는 여름철 관리에 더욱 신경써야한다. 항상 청결하게 피지제거용 세안제를 하루 2~3회 정도 씻고, 너무 자주 씻거나 타월로 문지르는 것은 오히려 피부에 상처를 유발해 여드름을 악화시킬 수 있다. 여드름에 절대 손을 대서는 안 되며 병원에서 소독된 압출기로 제거해야 2차 감염을 막을 수 있다. 크고 깊은 여드름이 많으면 피지의 분비를 막는 약물이나 항생제나 소염제로 염증을 치료한다.

성인의 경우 여드름 재발이 가장 큰 문제다. 치료를 해도 스트레스로 호르몬 변화가 생겨 피지분비가 늘어나면서 여드름이 다시 생기는 경우가 많기 때문이다. 따라서 성인은 피지 관리가 여드름 해결의 열쇠다.

여드름에 대한 치료법으로 막힌 모공을 열어 피지를 피부 밖으로 배출시키고, 여드름을 진정시켜 피부재생을 돕는 스킨케어가 도움이 된다.

하지만 스킨케어와 약물치료만으로 자주 재발하는 여드름치료에 한계를 느끼면서 최근 다양한 레이저치료가 발달했다. 즉 여드름이 생기는 피지선을 파괴해 근본적으로 여드름 재발을 줄이려는 치료법들이 그것이다.

우선 '스무스빔'은 여드름치료 레이저 중에 처음으로 미국 FDA 승인을 받았다. 여드름의 원인인 과다한 피지분비를 조절, 여드름의 재발을 근본적으로 막아주기 때문에 재발을 거듭하는 난치성 여드름 치료에 효과적이다. 또한 피부재생 효과를 부여해 여드름 흉터에도 효과적으로 동시에 치료할 수 있다. 얼굴이외에도 가슴, 등 부위의 만성 여드름에도 효과적이다. 단, 시술직후 얼굴이 약간 붉어질 수 있으며 2주일 간격으로 보통 2~4회 반복치료가 필요하다.

'아이솔레즈 레이저'는 공기음압을 통해 깊은 부위까지 레이저를 조사시켜 여드름 치료효과를 높였다. 크게 표시가 나지 않으며 1~2주 간격으로 3~5회 시술하면 심한 염증성 여드름도 효과적으로 치료된다.

'블루 RF 레이저'의 경우 블루라이트와 고주파치료를 겸해 심하지 않은 여드름을 치료하면서 얼굴 탄력에 도움을 준다. 시너지 레이저는 피지선을 응고시켜 피지를 줄이고 붉은 여드름자국을 없애준다. 염증이 심한 경우 붉은 자국이 오랫동안 남아있고 흉터가 생기는데, 붉은 자국과 흉터 예방 및 치료효과가 있다.

최근 광역동치료법(PDT)이 소개됐다. 이는 여드름부위에 빛에 반응하는 광감작물질을 도포해 피지선에 흡수시킨후 특정한 파장의 레이저를 쬐어준다. 피지선과 여드름 균을 파괴해 여드름을 좀 더 근본적으로 치료한다. PDT 치료는 기존치료에 비해 1-2주내에 효과가 나타나며, 반복 치료시 6~12개월간은 재발하지 않는다. 항생제에 내성이 있는 환자나 가임기 여성에게도 치료가 가능하고, 흉터가 남지 않는다. 하지만 치료직후 2일정도 햇볕을 차단해야 하며, 3-5일 동안 각질과 붉음증이 있을 수 있으며, 일시적으로 약간 햇볕에 썬탠하는 것처럼 보일 수 있다.

이처럼 여드름의 종류와 형태에 따라 치료법이 달라지므로, 전문의의 정확한 진단에 따라 적절한 레이저시술을 선택해 치료한다면 효과적일 것이다.

여드름 예방을 하려면 우선 1)스트레스를 줄인다. 2)화장품을 점검해 맞지 않는 것은 바꾸거나, 짙은 화장은 피한다. 3)규칙적인 운동과 식생활로 장운동을 편하게 한다. 4)세안을 하루 2~3회 철저히 한다. 5)식생활은 큰 연관이 없지만 너무 과다한 지방섭취와 할로겐화합물은 피하는 것이 좋다.

〈도움말=신삼식 상무 맑은피부과원장〉

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

수족구병 국내 첫 사망·A형 간염 집단 발병

여름철 전염성 질병 비상

여름철을 앞두고 각종 전염성 질병이 잇따라 발병하고 있어 각별한 개인위생관리가 요구된다.

'신종 플루'가 가라앉기도 전에 수족구병, A형 간염, 식중독 등의 감염사고가 연이어 터지고 있다.

특히 A형 간염이 집단 발병한데다 수족구병으로 인해 국내에서는 처음으로 사망자가 발생함에 따라 이들 질병의 확산 여부에 관심이 모아지고 있다.

우선 날음식은 삼가고 물은 끓여 마시며 손 씻기를 철저히 하는 등 개인위생 수칙 지키기와 함께 이상 증상이 생길 경우 곧바로 병원을 찾아야 한다.

최근 경기도 수원에서 국내 처음으로 수족구(手足口)병으로 인해 12개월 된 영아가 숨짐에 따라 이 질병을 일으키는 중국형 바이러스가 국내 토착화된 게 아니냐는 우려가 나온다.

장내에 '엔테로바이러스(EV71)'가 침투, 감염돼 입안과 손발 등에 수포성 발진이 생기는 이 병은 중국에서는 올해 영·유아 80명 이상이 사망했다.

수족구병이란 손발에 종기처럼 붉은 반점이 돋아나고 물집이 잡히고 입안이 짓무르는 증상이 생기는 병으로 주로 생후 6개월에서 5세까지의 영유아들이 주로 걸리며, 대개 1주일 정도면 별 후유증 없이 치유된다. 병 자체로는 간단하지만 합병증으로 무균성 뇌막염, 뇌염 등을 초래할 수 있어 자칫 목숨을 앗아가기도 한다.

A형 간염도 비상이다.

지난 3월 31일자로 전국에 'A형 간염 주의보'가 발령된 상태에서 최근 서울 도봉구의 한 고등학교에서 11명의 A형 간염이 집단으로 발생했다. 학교 발병은 처음이다. 'HAV 바이러스'에 의해 전파되는 A형 간염은 평균 한달가량의 잠복기를 거쳐 고열·권태감·식욕 부진·황달 등의 증상을 일으키는 수인성 전염병이다.

더욱이 A형 간염은 혈액을 통해 감염되는 B·C형 간염과 달리 바이러스에 의해 전파되므로 개인위생관리가 제대로 안 될 경우 발생한다.

이와 함께 기온차가 커지면서 식중독은 올해 들어서만 4월 말까지 총 84건(1천663명)이 발생했다.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

M 의료 라운지 medical lounge

광주시 간호사회, 서서평 선교사 기념 세미나

국제간호사의 날을 맞아 독일 출신 서서평 선교사를 기념하는 세미나가 광주시에서 열렸다.

광주시 간호사회와 광주여성희망포럼 보건의료분과위원회가 최근 공동으로 1912년부터 22년 동안 광주에서 사회계몽과 여성지위 향상을 위해 헌신한 서서평 선교사를 기념하는 세미나를 개최했다.

이날 세미나에서는 서서평 선교사의 일대기를 담은 동영상을 상영하고 헌시 낭독과 차종순 호남신학대 총장의 '서서평의 삶과 희생'을 주제로 한 강연이 펼쳐졌다. 서서평 선교사는 독일 출생으로 지난 1912년 간호선교사로 한국에 건너와 귀화한 후, 광주에서 사회계몽과 여성지위 향상을 위해 헌신했다.

조선대병원 문영래교수 논문 국제학회지 게재

조선대병원 관절센터 문영래교수〈사진〉가 '어깨에는 줄기세포가 산다'란 주제로 발표한 논문이 SCI-E(조직공학과 재생의학) 국제전문학회지 6월호에 게재된다.

줄기세포는 인체의 노화와 퇴행을 조절할 수 있는 세포이다.

그동안 줄기세포는 사람의 골수, 태아 등에서 나왔으나 문교수는 수술시 잘라서 버리게 되는 어깨의 염증조직에서 줄기세포를 발견해 특허를 출원한 것.

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

21~23일 호주 브리즈번 국제내시경학회

은병원 내시경팀, 논문 4편 발표

은병원(원장 은대숙·사진) 내시경팀은 오는 21일~23일 호주 브리즈번에서 열리는 '제3차 세계미국내시경학회'와 '제14차 호주내시경학회'에 참석, 각각 자궁근종 절제술을 비롯한 부인과 수술과 관련한 4편의 논문을 발표할 예정이어서 국내 의료계의 주목을 받고 있다.

은병원 내시경팀이 발표할 논문은 골반경에 의한 다발성 자궁근종 절제술 후 임신율 증가와 골반경에 의한 자궁외임신 난관 복원술, 골반경에 의한 부인과 수술을 완벽하게 하는 방법 2편 등 총 4편의 논문이다.

은병원의 이번 발표는 국내 대학병원이나 종합병원이 아닌 지방의 전문병원에 의해 이뤄진다는 점에서 눈길을 끌고 있다.

이에 앞서 지난 2008년 미국 산부인과

내시경학회가 주관하는 제37차 세계학회와 네덜란드 암스테르담에서 개최됐던 제19차 유럽내시경학회에서도 자궁근종절제술에 관한 논문 등 4편의 논문을 발표해 호평을 받은 바 있다. /채희종기자 chae@kwangju.co.kr

(주)국민법률경매 *서구청 옆 광주세무사타운5층

법원 부동산 경매정보

공인중개사 :김 행 숙 ☎ 062)351-8240 H.P 010-7203-1100

아파트

구	소재지	아파트명	면적(㎡)	감정가	최저가
광산구	신창동	해광삼그린라	112	1억3천5백	9천4백
	비아동	하남호반	79	6천6백	4천6백
	운남동	주공4단지	85	6천3백	4천4백
	소촌동	이지스위트	85	9천5백	6천6백
	월계동	첨단등부	112	1억2천8백	8천9백
		첨단쌍용	95	9천8백	6천8백
	송정동	리인1차	75	5천3백	3천7백
	도산동	무이	79	5천9백	4천1백
남구	주월동	명지	145	1억3천	9천1백
		엉무예다움	128	1억5천	1억5백
	봉선동	금호타운	105	1억3천	9천1백
		라인	105	1억1천	7천7백
		라인하이츠	85	7천	4천9백
		모아	95	6천	4천2백
	월산동	삼진하트빌	112	1억1천	7천7백
서구	금호동	호반리젠시빌	108	1억4천	9천8백
		중흥	75	9천3백	6천5백
		라인	122	1억2천8백	8천4백
		금호베스트빌	125	1억9천	1억3천3백
	풍암동	대주파크빌	151	1억8천5백	1억2천9백
		금호타운	128	1억6천	1억1천2백
		미제부영	105	1억2천	8천4백
	치평동	라인대주	82	9천3백	6천5백
		중흥	128	1억9천	1억3천3백
		금호대우	79	8천5백	5천9백
	화정동	이편한세상	221	4억4천	3억8백
		현대	99	1억	7천7백
	마륵동	희망기	112	1억6천5백	1억1천2백
	쌍촌동	우산그린	108	9천	6천3백
북포	상동	2단지	56	3천4백	2천3백
	옥암동	푸르지오	112	1억5천	1억5백
확순	회순읍	금호타운	89	9천6백	6천7백
		대광	62	4천	2천8백

주택/농가주택/전원주택

구	소재지	면적(㎡)	감정가	최저가
동산구	오운동	813/338	8천9백	8천9백
	비아동	643/341	2억3천2백	
	소촌동	800/203	2억1천4백	1억5천
남구	월산동	146/147	9천7백	
	주월동	155/170	8천5백	8천
		130/119	8천	5천6백
북구	각화동	277/208	1억6천3백	9천1백
	누문동	221/216	2억1천2백	1억4천8백
	용봉동	128/154	8천7백	3천9백
	두암동	139/98	7천9백	5천5백
	두암동	514/334	3억4천5백	1억9천3백
		151/113	1억1천8백	6천6백
	풍향동	127/78	6천1백	3천4백
	삼각동	413/182	1억6천5백	1억1천5백
서구	화정동	143/157	1억2천1백	
	내방동	285/165	1억6천8백	6천
	농성동	707/65	2억8천9백	1억2천9백
		131/137	1억7백	4천7백
	서창동	245/78	4천	2천8백
화순군	남면	508/84	2천8백	
	도곡면	495/137	2천6백	1천8백
	화순읍	168/50	2천3백	1천6백
	이양면	903/111	1천9백	1천3백
담양군	담양읍	446/112	2천4백	
	고서면	420/147	7천9백	
함평군	나산면	529/124	5천8백	3천9백
		1392/316	1억4천6백	6천5백
	학교면	660/183	5천1백	1천4백
무안군	무안읍	557/116	5천	3천5백
	망운면	426/135	7천3백	4천1백
영암군	금정면	1438/112	5천8백	
영광군	낙월면	397/108	5천5백	3천
장성군	황룡면	1153/133	6천8백	4천7백
순천시	서면	681/73	6천5백	3천8백
여수시	화산동	923/370	1억6천3백	
보성군	보성읍	532/188	4천1백	1천4백
해남군	송지면	800/151	2억1백	9천1백
		2570/333	1억7천8백	
	문내면	600/312	9천2백	4천1백

근린주택/근린상가/근린시설

지역	소재지	면적(㎡)	감정가	최저가
동산구	생인동	455/1657	19억5500	10억9400
	월곡동	480/1036	9억1천4백	6억4천
	도산동	142/87	4천9백	3천4백
남구	방림동	165/724	3억8천2백	
	봉선동	52	2억8천	8천
	주월동	768/866	7억1백	3억8천2백
		716/2661	28억7700	16억1100
	월산동	348/880	4억6천3백	1억3천2백
	월산동	252/313	3억2천1백	1억7천9백
	봉선동	금호상가	4천6백	3천2백
동구	대인동	191/720	3억8천1백	2억1천3백
	산수동	222/153	3억3천2백	2억3천2백
	동명동	142/140	1억9천1백	1억3천4백
	충장로5가	195/782	7억8천7백	4억4천
북구	운암동	787/2496	26억9700	15억1천
	오치동	433/525	4억1천3백	2억3천1백
	동림동	삼호기든상가	2천5백	1천7백
서구	화정동	239/696	5억3천2백	3억7천2백
	쌍촌동	590/204	3억5천8백	2억5천
	풍암동	1761/4422	48억2500	29억1200
		동부상가	1억2천	8천4백
	치평동	392	18억4800	9억4천6백
장성군	장성읍	160/352	4억1천8백	2억8천4백
담암군	월산면	14758/1550	7억3백	4억9천2백
	창평면	1058/810	3억8천9백	2억7천2백
화순군	도곡면	563/254	2억	1억4천

다가구/원

구	소재지	면적(㎡)	감정가	최저가
광산구	월계동	328/491	4억2천	2억8천4백
	탑림동	301/645	4억9천7백	3억4천7백
		239/514	2억9천4백	2억5백
	월산동	264/992	7억7천9백	5억4천4백
동구	학동	274/489	4억3천2백	3억3백
북구	신안동	322/688	6억8천8백	4억8천1백
		421/634	6억5백	4억2천3백
	유동	120/151	1억2천2백	8천5백
서구	광천동	302/731	5억3천3백	3억7천3백
	쌍촌동	200/377	2억4천9백	1억7천4백
	화정동	303/446	3억5천7백	1억6천

토지

구	소재지	면적(㎡)	지목	감정가	최저가
광산구	송대동	전	298	1천8백	1천1백
	대산동	전	271	4백	
			225	3백	3백
	도산동	전	14588	20억8600	14억6천
	본덕동	전	1835	4천9백	
	용봉동	답	3000	6천3백	
	요기동	대	410	2천8백	1천1백
	송치동	답,대	1680	1억8천2백	1억2백
	쌍암동	대	408	4억4천7백	2억5천
남구	지석동	전	678	1억7백	7천5백
동구	소태동	전	780	1억8천3백	1억1천4백
서구	매월동	임야	754	1억3천6백	9천7백
	마륵동	답	2354	11억2천	7억8천4백
나주시	나주시	대	423	9백	
	세지면	답	2744	2천4백	
		답	2198	1천9백	
	봉황면	답	1195	1천4백	1천
장성군	동화면	답	2478	6천1백	4천3백
	삼계면	전	3729	5천	3천5백
	황룡면	답	2794	3천3백	2천3백
		답	6817	7천8백	5천4백
	진원면	답	1052	2천1백	1천4백
곡성군	죽곡면	임야	51074	4천5백	
해남군	화산면	전,집	1498	1천7백	4백
	송지면	답	8000	5천6백	3천9백
	산이면	전	21531	2억5천4백	1억7천8백
함평군	함평읍	답	1369	1천	
	신광면	전,답	9223	5천3백	3천7백
화순군	화순읍	답	550	4천5백	3천1백
	북면	전	902	1억1천7백	8천2백
영암군	삼호읍	대	779	2억4천9백	1억1천1백
	시종면	답,전	3966	4천2백	2천3백
무안군	망운면	전	15205	10억6400	7억4천5백
담양군	수북면	답	714	1천6백	
	담암읍	전,답	6402	1억2천1백	8천4백
		전	1266	2천3백	
		전	1037	1천8백	
	수북면	답	5274	6천8백	
	월산면	임야	3471	1천	

서울/경기지역아파트

구	소재지	아파트명	면적(㎡)	감정가	최저가
강남구	역삼동	개나리	171	16억	10억2400
구로구	신도림동	동아3차	105	5억6천	3억5천8백
송파구	가락동	가락금호	125	7억	4억4천8백
	방이동	선수촌	112	8억5천	5억4천4백
은평구	갈현동	건영	72	2억	1억2천8백
	녹번동	대림	105	3억7천	2억3천6백
	응암동	우성	85	2억3천	1억8천4백
양천구	신정동	목동2차우성	105	4억8천	3억7백
		푸른마을	82	2억8천	2억2천4백
영등포구	영등포동	푸르지오	108	5억3천	3억3천9백
금천구	시흥동	벽산	138	3억8천	3억4백
강동구	암사동	삼성광나루	261	12억	6억1천4백
성동구	송정동	금호베스트빌	141	6억	3억8천4백
관악구	신림동	현대	132	5억	4억4천8백
서초구	방배동	신동아	112	8억8천	5억6천3백
	서초동	로얄하이츠	118	4억6천	3억6천8백
		더샵	184	15억	9억6천
구로구	고척동	경남2차	82	2억3천	1억8천4백
노원구	하계동	벽산	102	4억7천	3억7천6백
강서구	화곡동	명서	102	7억5천	4억8천
	가양동	강변	59	2억3천	1억8천4백
	내발산동	칭솔파인힐	105	3억1천	1억8천8백
강남구	개포동	쌍용	162	11억	7억4백
	도곡동	에스케이허브	79	4억8천	3억8천4백
	수서동	까치마을	56	3억2천	2억5천6백

공장

구	소재지	면적(㎡)	감정가	최저가
광산구	운동	1321/877	9억8천7백	5억4천2백
	장덕동	4958/4808	31억8500	16억3천
	비아동	807/696	5억4천2백	3억7천9백
	우산동	509/485	2억4천6백	1억7천2백

농기계/건설

구	소재지	면적(㎡)	감정가	최저가
보성군	조성면	2519/763	1억1천	4천9백
화순군	남면	1835/140	5천1백	3천5백
	한천면	4644/1390	2억8천2백	1억4천6백
순천시	주암면	4959/1483	2억2천1백	4천6백
나주시	세지면	2220/853	1억6천	1억1천6백
무안군	청계면	6973/2277	3억2천7백	1억1천7백

• 상기물건 외 다수확보! 물건 모두 친절하게 상담 하여 드리겠습니다.