칼 안대는 성형, '히알루론산 시술'

부작용 없이 피부 재생 탄력 살리고 주름 제거

김영길 성형외과 원장이 이마에 잔주름이 생긴 여성에게 히알루론산 시술을 하고 있다. /최현배기자 choi@kwangju.co.kr

나이가 들수록 피부조직은 얇아지고 탄력을 잃어간다. 이와 같은 노화현상이 진행되면 될수록 피부가 처지면서 뺨과 코 옆, 입 주변 등에 잔주름이 생기기 시작한다. 여기에 또 하나의 노화현상인 피부 건조증이 더해지면 잔주름이 더욱 악화된다. 물론 피부톤이 어두워지고 탄력도 떨어진다.

최근 새롭게 선보인 아이알(IAL) 모이스처 리프트는 피부의 섬유 조직 사이에 들어있는 젤리 상태의 물질인 히알루론산을 주입해 주름을 펴는 방법이다. 특히 얼굴에 칼을 대는 수술을 하지 않는 대신 피부에 직접 히알루론산을 주입해 피부를 재생시켜 탄력과 잔주름을 개선한다는 점에서 눈길을 끌고 있다.

이와 함께 피부 보습을 증가시켜 피부가 촉촉하고 밝아지는 일석이조의 효과를 볼 수 있다. 히알루론산은 인체 내 성분으로 피부테스트가 필요하지 않으며 수개월에 걸쳐 피부 내에서 완전히 분해돼 전혀 흔적을 남기지 않아 더욱 안전하다.

이 때문에 최근 박피술이나 값비싼 레이저 시술 등 수술을 하지않고 피부진피층에 다 히알루론산을 직접 주사함으로써 얼굴과 목에 생긴 주름을 치료하는 히알루론산 치료법이 인기를 끌고 있는 것.

히알루론산은 인체 성분 중 하나이기도 하며, 모든 살아있는 생물이 갖고 있는 점액질 물질로서 특히 피부와 관절, 연골 등에 많이 분포한다. 태어날 때부터 피부에 히알루론산이 있어서 맑고 투명한 젊은 피부를 유지할 수 있는 데, 나이가 들면서 히알루론산이 줄어들어 피부 톤이 칙칙해지고 탄력이 사라지면서 노화현상이 진행되는 것이다.

히알루론산을 피부 조직에 직접 주입하면 피부 보습을 증가시키고 동시에 질감과 투명함을 향상시키는 역할을 한다. 이는 피부의 구성 성분인 히알루론산을 고농도로 공급함으로써 진피 내 섬유아세포의 활성화를 통해 콜라겐, 엘라스틴과 히알루론산 자체 생성을 촉진해 피부를 재생시키는 원리이다.

히알루론산의 가장 큰 특징은 인체 내 성분이라 부작용이 없이 안전하며, 주로 다크써클·윤기회복·손등·목 등 전반에 걸쳐 주름 치료 효과가 있다는 점이다.

시술은 마취연고를 바르고 하기 때문에 통증이 없으며 얼굴 전체 시술시 15분 가량, 목 전체 시술 시 10분 정도 소요된다. 보통 2~4주 간격으로 3회 시술받게 된다.

〈도움말=김영길 성형외과 원장〉

/채희종기자 chae@kwangju.co.kr

전남대병원 심뇌혈관질환예방 캠페인·건강강좌

전남대병원 권역심뇌혈관질환센터(센터장 박종춘)는 심뇌혈관질환 예방 및 관리를 위한 건강캠페인 및 공개건강강좌를 8일 오후 1시부터 전남대병원에서 입원 또는 외래 치료 중인 환자와 지역사회 주민을 대상으로 실시한다.

이번 건강강좌는 1부 건강캠페인, 2부 심뇌혈관질환에 대한 공개건강강좌로 진행된다.

건강캠페인은 오후 1시부터 3시까지 병원 1동 앞에서 무료로 비만도·체지방 분석·혈압·혈당 등 기초건강검진과 건강상담, 금연상담 및 보조제 지급, 영양상담 등을 실시한다.

심뇌혈관질환 공개건강강좌는 오후 3시부터 5시까지 5동 1층 강당에서 ▲심근경색의 진단 및 치료(안영근 교수, 심혈관센터장) ▲뇌졸중의 진단 및 치료(김태선 교수, 뇌혈관센터장) ▲심뇌혈관질환의 조기재활(최인성 교수, 심뇌재활센터장) ▲심뇌혈관질환의 예방관리(신준호 교수, 예방관리센터장)를 주제로 진행된다. /채희종기자 chae@kwangju.co.kr

광주일보·조선대병원 공동기획

암 아는만큼 이긴다 〈6〉 대장암

치료 쉽고 재발율 낮아…식습관 바꿔라

김경종 암센터 교수가 혈변과 복통 등 대장암 의심 증세를 보이는 40대 남자를 진찰한 뒤 상담하고 있다. 〈조선대병원 제공〉

조기발견땐 90% 이상 완치 가능

채소 등 섬유질 많은 음식 섭취 도움

우리나라 사람들의 식단이 김치와 나물 덕분에 푸르고 붉은 초원이었던 식탁에서 이제는 육고기를 먹는 횟수가 크게 늘어나는 등 서구식 식습관과 생활습관으로 대장암이 급증하고 있다.

보건복지부에서 발표한 2007년도 한국인 암 발생 통계에 따르면, 대장암의 발생 건수가 약 2만명 정도이며, 이는 전체 암중에서 위암, 갑상선암에 이어 세 번째로 많은 빈도다. 그리고 가장 많이 발생하는 위암의 발생률이 최근 몇 년째 주춤한 반면, 대장암의 발생률은 계속적으로 증가하고 있는 상황이다.

◇대장의 기능=대장은 복부의 가장자리, 즉 바깥쪽에 주로 위치하며 길이가 약 1.5m 정도로 매우 긴 장기에 해당한다.

대장은 크게 결장과 직장으로 나눌 수 있다. 결장은 복강 안에 존재하며 대장의 대부분을 차지하고, 직장은 항문 가까이 있으며 길이는 약 15cm 정도이며 대변을 저장하는 역할을 하는 곳이다. 대장의 기능은 주로 대변을 만드는데 관여를 하며, 또 소장에서 흡수하지 못한 영양분을 처리해 체내로 흡수하는데 중요한 역할을 하고 있다.

◇대장암의 종류=대장암은 크게 결장암과 직장암으로 나눌 수 있다. 이렇게 나누는 이유는 결장암과 직장암의 치료와 예후가 약간 다르기 때문이다.

직장암의 예후가 결장암에 비해서는 안 좋은 것으로 알려져 있고, 치료도 더 복잡하다. 대장암중 약 45%는 직장에서 발생한다. 그리고 약 25%는 직장의 바로 상부인 에스결장에 발생한다. 따라서 전체 대장암 중 약 70%가 항문에서 30cm 내에서 발생한다고 볼 수 있다.

대장암의 원인은 유전성 대장암도 일부 있지만, 대부분은 산발성 대장암이 원인이다. 즉, 나이가 들어가면서 보통 50세 이후부터 발생이 증가하고 음식 섭취라든가, 흡연 등의 영향으로 대장세포내의 유전자가 변화를 일으켜 암세포로 전환되어 암이 발생한다. 암으로 변하기 전에 중간단계에 선종이라는 보통은 용종으로 알려져 있는 병변이 존재한다. 따라서 이 용종을 조기에 발견하여 제거하면 대장암을 예방할 수 있다.

◇대장암의 증상=다른 암도 마찬가지겠지만, 대장암의 초기 증상은 무증상이다. 즉 아무런 이상 증상 없이 암의 크기가 어느 정도 커진 후에야 증상을 나타내게 된다.

혈변이 가장 흔한 증상이라 할 수 있으며, 이 혈변은 선홍색으로 나타나고 가끔은 대변이 검게나오는 흑색변의 형태로도 나타날 수 있다.

또 대변이 가늘어지고 화장실을 가는 횟수가 늘어나는 등 배변습관의 변화, 복통, 빈혈 등의 증상도 나타날 수 있다.

대장암에 걸릴 확률이 더 높은 몇 가지 위험 인자가 있을 수 있다.

가장 큰 위험인자는 나이이다. 대장암의 90% 이상이 50세 이후에 발병하게 된다. 그리고 염증성 장 질환을 오래 동안 앓은 경우와, 대장 내에 용종 또는 전에 대장암의 병력이 있는 경우 등이 위험 인자이다. 전체 대장암 중에서 약 15%는 가족력과 관련이 있는 것으로 알려져 있다. 태어날 때부터 유전자의 돌연변이 등이 발생해 20~30대의 젊은 나이 때부터 대장암이 발병하게 된다. 따라서 젊은 나이에 대장암이 발견되는 경우는 환자의 치료도 중요하겠지만, 가족 구성원 모두에 대한 검진을 해 대장에 암 또는 용종이 있는지를 확인하는 것이 중요하다.

◇진단과 치료=진단은 대장내시경이 가장 정확한 검사법이다. 그러나 이 검사는 환자에게 약간은 고통스러울 수 있는 검사이기도 하다. 그 외에 대장조영술, 복부-골반 CT 촬영 등이 있으며, 최근에는 양성자를 이용해 전신을 촬영하는 PET-CT검사가 대장암 뿐만 아니라 다른 여러 가지 암을 진단하는데 유용하게 사용되기도 한다.

대장암의 주된 치료는 수술이다. 이 수술적 치료만으로도 다른 암에 비해 완치율이 상당히 높은 것으로 알려져 있다. 수술은 암으로부터 적절한 경계를 유지하면서 암세포의 전이 경로가 되는 혈관을 결찰하고 주위 림프절을 포함해서 암 덩어리를 광범위하게 절제하는 것이다.

최근에는 대장암 수술 시에 복강경 수술이 많이 시행되고 있어, 수술 상처가 적고 수술 후 고통이 덜하며, 빠른 회복을 기대할 수 있다.

수술 외에 보조치료로 항암요법이 시행되고 있으며, 직장암의 경우는 방사선 치료와 항암요법을 수술 전 또는 후에 시행하기도 한다. 평균적으로 3분의 2가 완치가 될 수 있으며, 초기에 발견된 경우는 90% 이상에서 완치가 가능하다.

◇생활 속 예방법=채식을 많이 하게 되면, 가장 먼저 대변이 두꺼워지고 부드러워져서 변비의 예방과 치료에 큰 도움을 준다. 대장 내의 이로운 균을 활성화 시키며 대장세포를 건강하게 해 대장 질환의 예방과 치료에 효과적이다.

채식은 그 밖에 암의 예방 및 항암 효과가 있다고 알려져 있다 특히 대장암, 유방암 등에 효과가 있다. 그리고 채식은 혈당 및 콜레스테롤을 정상으로 유지시켜서 당뇨 등의 성인병 예방에도 효과가 좋다.

가장 중요한 생활 습관으로는 규칙적인 운동이 필요하며, 육류 섭취를 줄이고, 야채 섭취를 늘리는 것이 중요하다. 또한, 필요이상으로 많은 열량을 섭취하는 것도 피해야 한다. 물론 술이나 담배는 끊는 것이 좋다. 그리고 혈변이나, 대변습관의 변화, 복통 등의 증상이 있는 경우는 대장검사를 꼭 시행해야 한다.

마지막으로, 특별한 증상이 없더라도, 50세 이후부터는 검진 차원에서 대장내시경 검사 등을 5년에 한 번 정도 시행하는 것이 좋다.

〈조선대병원 암센터 김경종 교수〉

/정리=채희종기자 chae@kwangju.co.kr