



‘여름철 피부노화’

미지에 피부과 조대영 원장

# 반복적인 자외선 노출, 피부암 부른다

덥다 못해 습기기도 짙겨온 뜨거운 여름이다. 한낮엔 30분 정도의 햇빛 노출로도 피부가 붉어진다. 자외선에 의한 홍반반응이다. 더 나아가 수 시간이 지나면서 피부가 붉어지고 부어오르고 화끈거리며 물집이 생기는데 이를 햇빛에 의한 화상, 일광화상이라 한다. 문제는 이런 자외선에 대한 노출이 반복되는 경우이다. 더 심각한 건 이러한 반복을 별스럽지 않게 생각하는 인식이다. 혹자는 여름철에 생길 수도 있는 일을 가지고 무에 그리 너스레라고 할지 모르지만 그게 아니다. 올해는 유별난 점을 느껴서이다.

## 내리 찌는 햇살 ‘일광 화상’ 방치하면 노화 촉진

## 흐린 날, 잠깐의 외출에도 ‘썬크림’ 등 사용 필수

◇무더위로 일찍 찾아온 일광화상  
피부와 의사로서 일광화상 환자가 찾아오는 평균적인 시기를 알고 있다. 보통 빨라야 7월 초순에 시작해 중순 이후로 휴가철과 더불어 우르르 찾아오기 마련이다.

하지만 올해는 그 시기가 훨씬 앞 당겨졌다. 6월 그것도 빠른 초순부터 심한 일광 화상으로 외래를 찾는 환자가 있어 깜짝 놀랐고, 그 뒤로도 연이어 찾아오는 이가 적지 않았다. 이젠 무얼 의미하는가. 햇빛 속에 숨은 자외선에 노출되는 양이나 시간이 늘어난 것으로 해석해야 할 것 같다.

피부와 의사로서 이런 현상을 보면 걱정스럽고 얘기하고픈 것이 많아지게 마련이다. 바로 자외선에 반복적인 노출이 광노화로 연결되고 피부노화의 가장 중요한 원인이라는 사실을 말이다.

특히 낮 시간이 길어지고 평균 기온이 올라가는데 반해 등산, 낚시, 골프 등의 바깥 활동 시간은 늘어나기에 더욱 그렇다.

결국엔 광노화에 대한 대비가 없을 수쪽 피부에는 주름, 탄력 저하, 색소침착 등이 심하게 발생한다. 주목해야 할 것은 미용적인 문제만이 아니라는 사실이다. 자외선은 검버섯 등의 양성종양 심지어는 피부암까지도 일으킬 수 있기에 주의해야 한다.

◇자외선에 의한 광노화 예방  
누구나 어릴 적엔 ‘유유빛깔’ 피부를 갖지만 자라면서 서서히 노화의

길로 접어들 수밖에 없다. 여기서 한 가지 짚고 넘어가야 한다. 유전에 의한 노화는 피할 수 없지만 자외선에 의한 광노화는 노력 여하에 따라 결과가 상당히 달라진다는 사실이다. 또 하나, 최근 인간 수명이 많이 연장되었다.

앞으로 평균수명이 80세가 아닌 100세에 이르게 될 것이다. 단순히 수명만 연장되는 것은 고통이라, 오래 살더라도 건강한 몸과 건강한 피부를 갖도록 노력해야 한다.

그러면 자외선에 의한 광노화를 어떻게 피할 수 있을까. 의외로 대부분의 사람들이 자외선으로 인한 피해를 줄이는 방법을 이미 알고 있다. 바로 일광차단제를 이용해 자외선을 차단하는 방법이다.

모자나 양산을 사용하거나 자외선이 강한 낮 시간을 피하는 방법 등도 있지만 현실성이 떨어지고 그 효용이 뛰어나지 못하니 자외선 차단제만큼 효율적인 게 없다. 오죽하면 1978년에 미국 FDA(식품의약품)에서 자외선차단제를 화장품이 아닌 약제로 분류했을까. 단, 자외선 차단제는 잘 선택해야 한다. 우선 자외선 B(UVB)와 A(UVA)를 동시에 차단하는 제품을 골라야 한다. 제품에 표기된 사항을 잘 살펴서 자외선 차단지수(Sun Protection Factor : SPF)와 PA(Protection for UVA)를 확인해야 한다. 차단지수는 30, PA는 +++ 이상이어야 한다. 더불어 몇 가지 요령이 필요하다. 자외선 차단제는 가능한 두껍게 바르는 것을 전제로 하지만



미지에피부과 조대영 원장이 피부 노화로 인한 처진 피부에 탄력을 회복시키기 위해 리프팅 레이저를 시술중이다.

무대분장처럼 보이나 실제로는 그리 못하다. 또한 땀이나 물에 의해 차단제가 씻겨버리면 차단 효과가 많이 감소한다.

결론적으로 야외활동이나 땀이 나는 환경에서는 차단제를 2시간 간격으로 추가적으로 덧발라야 한다. 무엇보다 중요한 것은 자외선차단제의 일사화다. 흐린 날씨에도 잠깐의 외출에도 차단제를 사용하는 습관을 기르는 것이 중요하다.

이러한 노력에도 불구하고 모든 자외선을 막아내긴 불가능하다. 어느 정도는 광노화를 각오해야 한다는 이야기다. 하지만 자외선에 의한 피부노화를 되돌리는 것이 어렵지만은 않

다. 레이저를 필두로 피부 과학이 눈부시게 발전해왔기 때문이다. 기미, 잡티, 검버섯 등은 색소레이저나 박피레이저로 없애고 주름이나 피부처짐 등은 플라즈마 복구시키는 레이저나 고주파를 이용하면 된다.

그 밖에도 보톡스나 필러의 힘을 빌려낸 주름을 펴고 피부탄력을 되돌릴 수 있다. 가끔 환자들이 물어본다. 원장님의 피부는 어찌 관리한 것이냐고. 바로 정답을 말씀드리다. “저라고 달리 방법이 있나요. 먼저 자외선차단제 잘 바르고, 나머지 피부과학의 힘을 빌립니다.”라고 말이다.

정리=채희종기자 chae@kwangju.co.kr

# 번거로운 진료비 증명서 인터넷으로 발급 받으세요

## 전남대병원 환자·보호자 편의위해 ‘온라인 서비스’

“진료비 수납증명서 인터넷으로 편리하게 발급 받으세요” 전남대병원(병원장 송은규)이 환자 및 보호자들의 편의를 위해 ‘온라인 증명서 발급 서비스’를 이달부터 실시하고 있다. 전남대병원은 지금까지 진료비 수납 증명서 등을 발급받기 위해 병원에 직접 방문해야 하는 번거로움을 해소하고, 신속한 민원처리를 위해 인터넷을 통한 ‘온라인

증명서 발급 서비스’를 실시하게 됐다고 밝혔다. 온라인으로 발급받을 수 있는 증명서는 입원 및 외래 진료비수납 증명서, 입원 및 외래 진료비명세서, 진료비 납입확인서(연말정산용) 등이다. 이에 따라 평일 병원방문이 쉽지 않았던 직장인이나 맞벌이 부부와 거동이 불편한 환자들에게는 병원을 직접 방문하지 않

고 손쉽게 증명서를 발급받을 수 있게 됐다. 인터넷 증명서 발급 서비스는 개인의 공인인증서로 집이나 사무실에서 인터넷으로 병원에서 직접 발급받는 의료증명서와 동일한 서류를 신청, 출력할 수 있는 시스템이다. 또한 인터넷에서 발급과 동시에 출력, 메일전송, 팩스전송 등이 가능함에 따라 환자와 보호자들의 시간과 비용을 절약해 주고 편의성을 제공할 것으로 기대되고 있다. /채희종기자 chae@kwangju.co.kr

## 조선대병원 장석정 교수, 뇌혈관내수술 인증 자격 획득

조선대병원 장석정 교수가 대한 뇌혈관내수술학회로부터 뇌혈관내수술 인증 자격을 획득했다. 조선대병원에 따르면 최근 대한 뇌혈관내수술학회로부터 광주전남지역에서 유일하게 조선대병원이 ‘뇌혈관내수술’ 인증 의료기관 선정됐다고 밝혔다. 뇌혈관수술 인증제는 우리나라 뇌혈관수술에 대해 표준치질을 마련하고 뇌동맥류, 급성뇌경색 등

의 뇌혈관 질환에 대한 효율적인 치료와 체계적인 교육을 위해 도입된 제도다. 뇌혈관수술은 첨단영상장비를 이용한 혈관조영술로 혈관 내에 미세도관을 삽입해 각종 질환을 진단하고 치료하는 기술이며, 사망률이 높거나 수술 후 합병증이 많은 뇌혈관질환과 뇌졸중 등을 치료하기 때문에 정확한 치료 기준과 수련 등이 필요하다.

한편 조선대병원은 2010년 보건복지부로부터 ‘응급 뇌혈관특성화센터’로 선정돼 전문진료체계를 구축, 응급환자의 사망률 감소에 기여하고 있다. /채희종기자 chae@kwangju.co.kr



## 의료 라운지 Medical lounge



## 조선대치과병원, 찾아가는 진료 봉사

조선대치과병원(병원장 안중모)은 최근 광주남구노인복지관을 찾아 진료봉사를 펼쳤다. 7명으로 구성된 진료 봉사단은 이동차과진료서비스를 이용해 복지관을 찾은 노인 70명을 대상으로 스케일링, 단순 처치, 구강검진, 보철 상담 및 틀니사용 교육 등을 벌여 큰 호응을 받았다. 조선대치과병원은 광주지역 노인과 결혼가정 아동을 돕기 위해 불륜하거나 교통수단 등의 이유로 의료기관을 이용하는 불륜을 해소하고, 보다 효과적인 봉사를 실시하고자 2012년부터 이동차과서비스를 이용해 치과 진료봉사를 실시하고 있다. /채희종기자 chae@kwangju.co.kr

## 회순전대병원 ‘병원수출 사업’ 기관 선정

회순전남대병원이 최근 보건복지부의 ‘병원수출 프로젝트’ 발간·지원사업 대상의료기관으로 선정됐다. 정형외과 윤택립 교수가 총괄책임자로 제출한 ‘첨단 관절치료기술 우즈베키스탄 진출사업’이 정부의 해당공모사업에 뽑힌 것. 특히 올해 1월의 ‘러시아 진출 프로젝트’에도 선정된 바 있어 글로벌 병원으로서의 입지에 탄력을 받고 있다. 병원 측은 장기적으로 우즈베키스탄 현지에 클리닉을 설립, 운영하려는 구상을 갖고 있다. 관절치료는 물론 향후 암 치료기술을 접목해 우즈베키스탄과 중앙아시아지역의 해외환자 유치를 위한 거점으로도 활용할 계획이다. /채희종기자 chae@kwangju.co.kr

## 동아병원 수유실·여직원 전용 휴게소 개설

광주 동아병원(대표원장 서승권)이 최근 병원 내 모성보호 편의시설 확충의 일환으로 수유실 및 여직원전용 휴게실을 개설했다. 고객만족을 위한 병원이용고객 설문조사 등을 통해, 수유에 어려움을 겪던 산모들의 의견을 적극 반영해 수유실을 만들게 됐다고 병원관계자는 밝혔다. 현재 동아병원은 임원환자와 보호자를 위해 병동내 도서실 및 독서실·편의점·PC방·난방의 광장 등 다양한 편의시설을 운영하고 있으며, 차원높은 고객감동서비스를 위해 블루엔젤, 안심진료 서비스 등을 시행하고 있다. /채희종기자 chae@kwangju.co.kr

### 금당공인중개사

매매,교환,개발등의 물건을 접수합니다.

**감정가 이하물건**

- 담양군 월산면 공장 대지 4882㎡(1477)건평 150평 대출 2억 법인이전할. 2억 7천만원
- 계림동 구 호텔건물 대지 542㎡ (164)건평 396㎡(1200) 목욕탕,찜질방,객실38개 등과 유출시설 등 18억
- 북구 유동 상업지역 대지 411㎡ (124)건평 327㎡ (99) 공시지가 2억 8200 매도 2억 9천
- 금남로 4가 대로변 대지 317㎡ (97)건물 1235㎡ (363) 건물 2층 공시지가 14억 5천 매도 16억 5천
- 월산동 목욕탕,원룸,투룸,대지 508㎡ (153) 건평 741평 병원,요양시설 등 적합 16억 5천
- 대인동 동부소방서부근 대로변 대지 694㎡ (210) 건물 158평 광주은행본점 부근 공시지기에 매도 11억 6천
- 북구 도로변 대지 624㎡ (189) 건물 421평, 병원,사육등 적합 은행 12억 매도 13억 5천
- 신안동 한방병원 대지 645㎡(195) 건평 372평 감정 16억 5천선 대지 11억 매도 13억
- 신항동 대지 301평 건평 715평 회사사육,병원노인시설 등 적합. 은행17억 보증금 4억 3천 월 1650만원선 매도 35억

**투자·나대지**

- 동구 수기동 705㎡(213) 원룸,투룸,쓰리룸, 83개 허가 주택기금 12억 각종협의가능 매도 8억
- 담양군 대덕면 고속도로점 관리지역 2587평 공장,청고 등 적합 대출 1억6천 매도 2억 3천
- 함평군 월야면 13024평 전원주택개발적합 6억 8천
- 두림동 2중주거지 47평 대출 5천 매도 6천
- 광주와 담양을 사이 4차선 국도점 2111평 주유소,가스충전소 허가남 대출 10억 매도 12억

문의 222-4994, 010-2632-5659  
금남로 5가 광주고용센터 옆

### 태영부동산공인중개사

★매 매★

- \* 영암 도포면 성산리(아산) 임야44,470㎡ 계획관리지역(과수원,전 개간적합)매매가4억원
- \* 남구 방림동 순환도로점 지하1층 지상6층 대지344㎡ 건평1576㎡ 매매가11억원(병원적합)
- \* 동구 용산동 도시철도공사 뒤편 임야 32,231㎡ 매매가 4억 4천5백원
- \* 북구 오치동 먹자골목내 원룸촌 나대지 407㎡ 3억 2천만원 (고시텔, 원룸신축적합)
- \* 화순읍 홍리 공인빌라 4층 132㎡ 매매가 1억5천만원
- \* 백운동 사강중 인근 2층상가주택 대지137㎡ 1층점포3칸 2층주택 임대중 매매가1억7천만원
- \* 문흥지구 현대아파트 후문 맞은편 지상3층 상가주택 대지 249㎡ 건물474㎡ 1층점포3곳 임대 2.3층 주택4곳임대 (용8천 전1억2천만원포함) 매매가7억7천만원

★임 대★

- \* 동구 유림동 중심사 버스종점 이웃도어 매장 뒤편 2층 레스토랑포 198㎡ 료원비 보증금3천만원 월70만원 시비권있음
- \* 남구 봉선동 삼익사거리 인근 2층 노래방225㎡ 료6개(금) 현성업종 보2천만원 월1백70만원 시비권있음
- \* 북구 오치동 먹자골목 입구 지하 노래하는 호프 7080 현성업종 132㎡ 보증금1천만원 월80만원 시비권있음
- \* 서구 박진동 순환도로 서광주역 진입 도로점 대지1270㎡ 건평 198㎡ 보5천만원 월200만원 시비권있음 (식당적합, 모던업종가)

부동산 매도,매수 물건 성실히 상담하여 드립니다.  
※법원경매 물건 상담전문

상담 번호 010-6636-0114  
010-3627-3896

### 다와부동산 재테크컨설팅

(주)다와옥션컨설팅부, 매수신장대리업체(법원인가)  
상가 주택입찰에서 명도, 등기, 양도신고까지(무료상담)

**상가 주택**

- ▷ 동구 충장로5가 중심상업 7층상가사무실 대지579㎡ 건평2929㎡ 감정가43억 최저가24억
- ▷ 광산구 운남동 2중주거 3층상가주택 대지221㎡ 건평 440㎡ 감정가5억 최저가3억5천만
- ▷ 광산구 신가동 3층상가주택 대지429㎡ 건평561㎡ 감정가6억9천만 최저가4억8천만

**단독주택**

- ▷ 서구 화정동 2중주거2중주택 대지159㎡ 건평184㎡ 감정가1억3천만 최저가9천만
- ▷ 서구 화정동 2층단독주택 대지154㎡ 건평196㎡ 감정가1억6천만 최저가1억2천만
- ▷ 광산구 송정동 2중주거단독주택 대지252㎡ 건평131㎡ 감정가1억3천만 최저가9천만

**공장및창고**

- ▷ 광산구 지족동 준공업지역2층공장 토지1914㎡ 건물 1379㎡ 감정가15억 최저가8억3천만
- ▷ 광산구 용동 일반공업 2층공장 토지3305㎡ 건물2711㎡ 감정가30억 최저가21억
- ▷ 담양군 창평면 단촌창고,사무실 토지3279㎡ 건물 1560㎡ 감정가4억7천 최저가3억2천만

**토지매매**

- ▷ 동구 내남동 1중주거 전원주택부지 주거환경최상 대지750㎡ 상담후 가격조정
- ▷ 무안군 해제면 덕산리 관리지역 전.임야 3642㎡ 매매3,500만

문의 010-4911-4989  
(팩스 062-226-3607)

### 급매매

신안동 신안 사거리  
부근 30m  
도로변 코너

6층 상업지역 건물

건물 600평  
토지 151평

평당 토지 가격  
600만원 정도

토지 가격 만도  
9억정도

매매가격  
9억 4천만원

라멘동 총별  
100평 정도

조건은 전세,  
월세 안고 구입

010-3215-9969

### 동원공인중개사 (상무지구 전문)

**상가건물**

- 상무지구 중심상업지 (7층) 보5억4천,월3500만 매46억원
- 상무지구 중심상업지(3층) 보3억원, 월1200만원 매24억원
- 상무지구 중심상업지(10층) 보25억, 월 6500만원 매130억원
- 광산구 수원지구(5층) 보2억천, 월1390만 매27억원
- 광산구 신항동(5층) 보2억,월1040만 매19억원
- 금호동 계획도로점 자연녹지 3,400㎡ 매32억원 (병원, 초고지, 대형기든, 정례 예식장, 투지최적)
- 상무지구 중심상업지 960㎡ 매 36억원(병원,사육)
- 치평동 광송간도로 395㎡ 매14억원(병원,사육,전시장)
- 쌍촌동 운천역부근 상업지 845㎡ 매725억 (사육,전시장,병원,도시형)
- 상가건물, 나대지 급구.

010-3753-0033

### 공 장 매 매

장흥군 장평면  
장평농공단지내

【 토 지 】  
4,864㎡  
【 공 장 】  
375㎡  
【 사무동 】  
161㎡  
기계장치 포함

【 용 도 】  
특수시멘트  
(물탈 등)제조공장

매매가액  
3억원

조성중인 장평농공단  
지 토지분양가 평당  
239천원

017-602-1948