건강 칼럼

초음파로 만드는 탄력 있는 피부

배 상 모
비에이성형외과 원장

세월이 흐르면서 피부에 생기는 변화는 정직하다. 피부를 구성하고 있는 여러 조직 중에 진피층의 두께가 얇아지고 피하지방이 위축되면서 더 이상 젊었을 때의 탄력을 유지하기가 힘들어진다.

누구에게나 생기는 평등한 현상이기 때문에 그 변화를 두려워할 필요는 없지만 그 노화의 속도를 조금이라도 늦추고 싶어하는 마음은 예전이나 지금이나 한결같이 사람들의 마음속에 내재되어 있는 것 같다.

항노화, 소위 안티에이징이라고 하는 단어들은 그래서 더 이상 낯설지 않다. 그래서 최근에는 여성뿐만 아니라 중년이상의 남성들도 성형외과를 많이 찾고 있는데, 수술 말고도 젊어 보이는 피부를 조금이라도 더 유지할 수 있게 도와주는 시술들이 최근 인기를 얻고 있다.

그 중 하나가 바로 고강도 초음파 에너지를 시용한 시술인데, '더블로'라고 하는 장비로도 이미 널리 알려져 있다. 노화로 인해 처지고 탄력이 떨어지는 피부 근막층을 강화시켜 탄력과 주름을 개선시켜주는 리프팅 시술이다.

비수술적인 방식으로 진피층과 근막층(SMAS층)까지 강하게 집적된 초음파에너지를 전달해 피부 당김과 동시에 콜라겐 재생을 유도하는 효과를 기대할 수 있다.

초음파에너지가 침투하는 SMAS층은 표정근육으로 피부가 처지고 주름이 생기는 원인이 되는 층으로 피부 아래 4.5㎜ 깊이에 위치한다.

더블로리프팅 외에도 피부를 절개하는 안면거상술과 보톡스 시술 시 주요 타겟이 되는 피부층이다.

더블로리프팅은 피부 표면에 손상을 거의 주지 않고 고민인 부위에만 정확히 침투하여 열 응고점을 생성 후 속부터 피부탄력을 개선하는데 도움을 주는 얼굴주름리프팅이다.

노화로 인해 처져 있던 피부조직의 수축으로 2~4주에 걸친 콜라겐 생성과 주름, 피부탄력개선 효과를 기대할 수 있다. 시술 직후 바로 일상생활이 가능하여 바쁜 직장인과 주부들도 부담 없이 시술 받을 수 있다.

팔자주름 없애는 법으로 알려져 있는 더블로리프팅은 나이에 비해 노안이라는 말을 듣는 경우, 눈가 또는 입가에 주름이 심해 고민인 경우, 볼처짐 현상이 심한 경우, 수술과 통증에 민감한 경우 등에 적합하다. 시술 후에는 개인에 따라 가벼운 출혈, 염증 등이 발생할 수 있어 세심한 주의가 필요하다.

이러한 더블로리프팅은 얼굴 전체적으로 피부탄력 저하와 처짐이 심한 경우 숙련된 전문의와의 충분한 상담을 통해 섬세한 진단을 기준으로 적절한 샷 수와 처짐 방향을 고려하여 개인별 맞춤 시술을 진행하는 것이 중요하다.

더불어 병원 선택 시 해당 병원이 V라인리프팅을 잘하는 곳인지, 환자 개개인의 피부상태에 따라 1:1 맞춤 상담을 진행하는지, 시술 시 정품 장비를 사용하는지, 체계적인 사후관리 프로그램을 시행하는지 등을 꼼꼼히 확인해야 한다.

독자제언

올바른 자전거 문화 만들어 나가자

웰빙 바람과 더불어 아웃도어 열풍이 불면서 많은 이들이 자전거 타기를 생활화하기 시작했으며 자전거를 타는 인구도 그만큼 늘었다. 그러나 자전거를 즐기는 인구와 비례하듯 안전사고와 시민의식, 공공시설물에 대한 부분은 많은 문제점들이 발생하고 있다. 장시간에 걸쳐 자전거 문화가 정착되어온 유럽에 비해서 우리의 낮은 시민의식은 자전거 생활을 즐기는 데에 큰 걸림돌로 작용하고 있다.

첫째, 헬멧을 항상 착용해야 한다. 통계적으로 교통사고로 인한 사망 가능성은 자전거가 자동차보다 1.8배나 높으며 대다수가 머리를 다쳐 사망하는 경우다. 따라서 자전거를 탈 때 헬멧은 필수다.

둘째, 모든 교통신호에 절대 복종해야 한다. 현행법상 자전거는 '차'에 속한다. 교통신호에 절대 복종하는 것은 당연하며, 신호등을 건널 때에도 주행자는 자전거에서 하차해 걸어가는 것이 원칙이다.

셋째, 자전거는 도로의 우측 가장자리 쪽으로 주행해야 한다. 자전거 도로에서 주행이 불가해 자동차 도로에서 주행해야 한다면 자전거는 우측 가장자리로 주행하는 것이 가장 안전하다.

넷째, 보행자에게 통행의 우선권을 양보해야 한다. 흔히 자전거 운전자들은 자전거도로가 자전거만을 위한 도로로 생각하지만 실제로는 그렇지 않다. 보통 강변의 공공시설을 보면 자전거도로와 산책로가 구분되어 있지만 엄연히 말하면 산책로, 자전거도로의 겸용이다. 그래서 자전거도로를 걷는 보행자가 있어도 통행의 우선권은 보행자에게 있으므로 보행자와 자전거 충돌사고 시 자전거는 법으로부터 보호받지 못한다. 따라서 차도, 자전거도로, 산책로 할 것 없이 보행자에게 통행의 우선권을 양보해야만 한다.

마지막으로 매순간 주의 깊게 자전거를 타는 습관을 길러야 한다.

이진제 완산경찰서 교통안전계 경사

전주매일 홈페이지 www.jjmaeil.com

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사진으로 보는 지구촌 소식

홍콩 시위대, 입법회 점거

홍콩에서 1일 시위대가 입법회를 점거한 가운데 한 남성이 홍콩 엠블럼에 검은색 스프레이를 뿌리고 있다.

사 설

전국 지자체 중 농민 수당 첫 지급

전북도가 전국지자체 중에서 처음으로 농민 수당을 지급하기로 했다는 보도이다. 그것은 듣던 중에 반가운 소식이 아닐 수 없다. 전북도가 농업에 종사하는 이들의 공익적인 애씀을 인정한 것이기 때문이다. 그것은 우리 전북이 오랜 농도이면서 전국 최고의 곡창 지대임을 다시 상기시켜주기에 충분하다. 전북도가 농민 수당을 지급하기로 한 것은 도지사와 도의장을 비롯해 각 시군의 단체장들이 모여서 합의하고 결정한 것이라 그 실행 여부에 대한 신뢰도 든든하다. 내년부터 농민 수당을 실제 지급하면 농민들과 함께 가고 있다는 결정적인 증거가 될 터이다.

전북도가 그처럼 농촌의 농민들을 위해서 관심을 가져야 하는 이유는 많다. 농촌마을 여섯 곳 중 하나 꼴로 소멸 위기라는 저번의 보도가 다시 생각나는 것이다. 지난 날 농촌 소멸 위기 소리를 여러 번 들어왔던 만큼 지금은 상황이 더욱 안좋아졌을 것이다. 그런 까닭에 전북도가 농촌을 살리기 위해 농민들에게 수당을 지급하기로 했을 터이다. 그래서 여기 다시 생각나는 것이 있다. 전북도는 저번에 농촌에 활력을 불어넣기 위해 삼락농정을 말하면서 사람들이 찾는 농촌을 실현시키겠다고 말했다. 체험관광 활성화와 농촌 생활 개선 등 68개 사업에 2381억 원을 투자하겠다고도 말했다. 그때 전북도에 따르면 농촌관광객 1백만명을 달성하고 생생마을 885개소를 조성하고 귀농 인구 1만7500 가구를 유치한다는 계획이었다.

전북도는 잘 알고 있을 것이다. 해마다 연말이면 삼락농정의 효과를 말했지만 그래도 농민들의 입장에서는 만족을 말할 수준이 아니었다. 농가 소득이 올랐다지만 농민들의 소득 체감은 예전 그대로였던 까닭이다. 이같은 사실은 전북도의 삼락농정이 아직 갈 길이 멀다는 것을 의미한다. 어쩌다 농촌 환경이 좋아졌다고 보도할 때도 있었지만 모든 농촌에 해당되는 풍경은 아니니까 말이다. 도내 농촌 인구가 늘지 않고 있음이 그것을 단적으로 입증하고 있다고 할 것이다. 농촌 인구가 현상 유지라도 해주었으면 좋겠는데 그게 여전히 희망 사항에 그치고 있는 것이다.

전북도는 농촌 문제에 이번처럼 구체적으로 접근해야 한다. 농업의 전망이 밝다고 외쳐봤자 경쟁력이 없거나 약하다면 말짱 도루묵이다. 그러나 경쟁력이 훨씬 더 강화 된다면 미래가 어두운 것만은 아니다. 귀농하는 젊은이들이 더러 있는 것을 보면 분명히 희망의 불씨가 있다. 그런 점에서 전북도가 이번에 농촌의 농민들을 위해 수당을 지급하기로 결정한 것은 잘한 일이다.

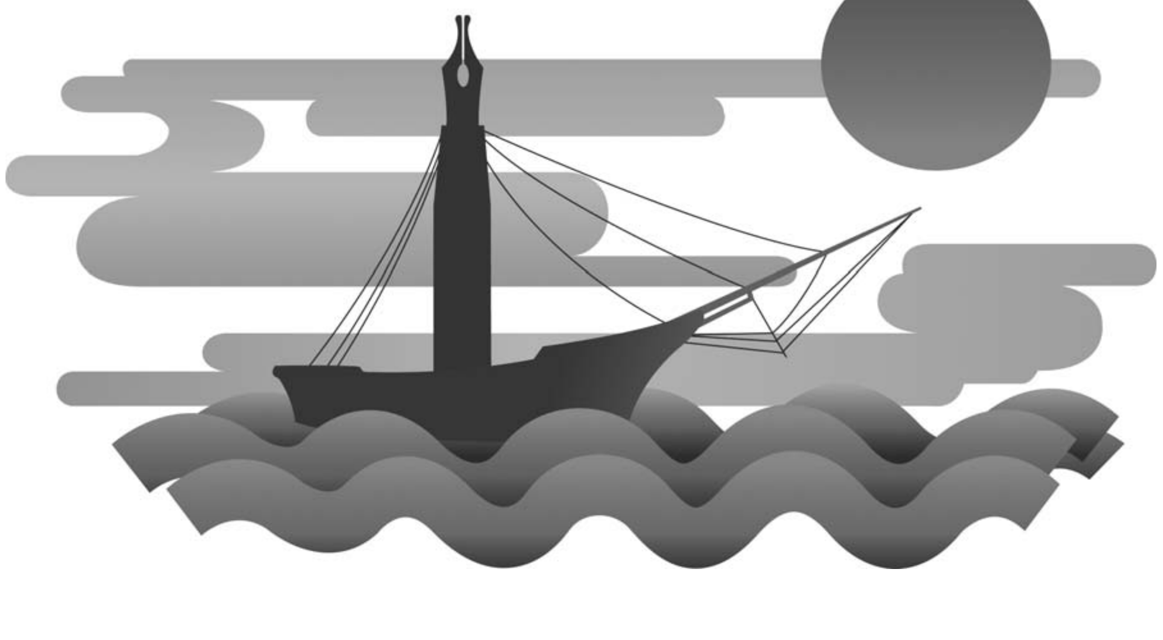
춘화추실 전북 대도약은 예산증액 확보로

전북도가 예산 증액 확보로 전북 대도약을 보여줘야겠다. 며칠 전 민선 7기 1주년을 맞는 기자간담회의 자리에서 도지사는 도정의 성공을 약속했는데 '춘화추실'이라는 멋있는 표현도 선보였다. 그 춘화추실은 전북 대도약의 다른 이름이 아닐 수 없는데 말 그대로 도지사와 전북도 고위 관계자들은 예산 확보에 온힘을 쏟아야겠다. 전북도가 늘 강조하고 말해왔던 바 자존의식으로 새시대를 열어야 한다는 주문이다.

그래서 여기 다시 말하는데 전북도가 예전에 말한 10대 핵심 프로젝트가 다시 생각나는 지금이다. 전북도는 스마트팜 혁신밸리 조성 등 8대 역점 시책도 밝혔었다. 그래서 여기 말하는데 전북도는 좀 더 힘차게 뛰어야겠다. 지역 발전을 견인하겠다고 약속한 현안들이 추진에 있어서는 터덕거리고 있는데 여간 실망스러운 게 아니다. 전북도는 정말이지 실력 발휘를 해줘야겠다.전북도가 해결해야 할 대상은 새로운 것들이 아니다. 전북도가 도민에게 여러 차례 언급하고 또 그 성취를 약속한 것들이다. 지역 발전을 위한 주요 현안들이 거듭 지연되면 낙후만 예정돼 있음을 전북도는 잘 알고 있을 터이다.

그러므로 전북도는 예산 증액 확보를 위해 힘내야 한다. 발전 방침을 밝혔다가 나중에 예산 부족으로 일이 안 풀렸다는 식의 변명의 말을 들려주어서는 안된다. 다른 광역시도와 비교해 수십 년 뒤처진 낙후는 이제 변명의 여지가 없다.

도지사가 '춘화추실' 전북 대도약을 선언한 만큼 이제 달라진 행보를 보여야 한다. 발전 프로젝트들은 반드시 성공 가도를 달려야 한다. 나중에 역부족이었노라며 헛된 울림을 주어서는 안 된다. 발전 프로젝트들이 반드시 추진되도록 전북도는 정부 부처 관계자들을 설득해야 한다. 그러려면 비상한 각오를 다져야 한다. 도민들은 전북도가 예산 증액 확보의 힘찬 행보를 보여주기를 간절히 바라고 있다.



용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지

"더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문"을 위해
전주매일의 전 직원들은
'전북 최고의 신문'을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다.

진정한 지방자치 발전을 위해
중앙지를 답습하는 형태를 벗어나 보다 깊이 있게
내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다.

당신의 가려움을 속 시원하게 긁어 드리기 위해
대안적 비판 기능을 강화하고 있으며
한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께
지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심 전주매일