건강 칼럼

여드름 흉터가 고민이라면 프락셀이 정답

김현
이너뷰피부클리닉 원장

여드름흉터를 없애는 방법은 다양하다. 수술법, 서브시전들을 활용한 기법들(바늘, 에어 주입, 물광필러 주입, 가스나 액체의 주입 원리를 이용한 기계), 도트필과 같은 필링 용액을 이용한 기법들, 그리고 프락셀 레이저와 기타 레이저의 영역이 있다.

대부분은 이같은 방법들을 복합적으로 병행한다. 이처럼 다양한 수술요법을 이용하거나 서브시전을 활용하더라도, 결국 거쳐가야만 하는 방법이 있다면 '프락셀 레이저'다.

프락셀은 프락셔널레이저로서 처음 나온 상품명이라서 많은 레이저 계열들이 간단히 프락셀이라는 명칭으로 통용이 되는데, 크게 딱지가 지는 계열과 딱지가 지지 않는 계열로 나뉜다.

딱지가 미세하게 지는 1927 파장의 계열 중 단독기계로는 TRM, 에비앙이 있다. 프락셀 계열 중에서 최초로 나온 딱지가 안지는 1550 파장이 같이 탑재된 대표적인 경우가 프락셀제나와 듀얼이다. 1927 파장은 흉터 치료에 있어서는 딱지가 안지는 계열에 가까운 역할을 한다고 봐야 하며, 색소 치료에 있어서는 제법 강한 치료에 속한다고 봐야 한다. 자신의 증상을 정확히 파악하고 그것에 맞는 레이저 기법을 잘 선택해야만 한다.

딱지가 지지 않는 계열의 프락셀 기종은 여러 번 반복을 해도 여드름흉터의 살이 차오르는 데는 미약하다고 봐야 한다. 물론 병행하는 것은 의미가 있다. 여드름흉터 역시 탄력이 떨어지고 피부 지지대가 약화되면 더 깊어 보이기 때문이다.

검붉은 여드름자국은 오히려 토닝 기법이나 니들고주파 계열로 일상생활 표시가 덜 나면서도 효과적인 치료가 가능한 반면, 여드름흉터는 표시가 아예 나지 않는 시술법만 너무 찾다보면 나중에는 실망을 하는 경우가 많다. 그렇다고 너무 일상생활을 못하게 되는 시술방식도 현대인에게는 적합하지 않다.

이처럼 방법이 다양하다 보니 여드름흉터를 없애기 위해서 뭐부터 해야 할지 환자들은 고민이 될 수 밖에 없다. 피부레이저 시술이란 세상이치와 같아서, 한번에 강하게 하면 나중에 효과가 좋을 수도 있는데 무리를 주거나 회복기간이 오래 걸리고, 횟수를 넣어서 퀄러티 있는 레이저의 조합으로 하면 비용시간이 늘어난다. 그러니 피부상태를 면밀히 상담 받고 시술 노하우를 냉철하게 들어보고 여러 군데를 비교할 수 밖에 없다. 한번 치료를 시작했다고 하면 꾸준히 시간을 가지고 치료를 이어가는 것이 중요하다.

기계 선정에만 열을 올리느라 피부상태를 먼저 근본적으로 체크하는 데 소홀히 해서도 안되고, 피부상태는 파악을 했는데 전혀 맞지 않는 계열의 프락셀 계열을 선정한다면 효과를 보기 어려워진다. 또한 프락셀 계열 선정은 잘 했으나, 시술 방식 자체가 잘못 되어 있다면 또한 효과 보기가 어려워진다. 이 모든 것을 잘 선정했으나, 여드름흉터가 재생되는 충분한 기간을 시술하지 않고 중도 포기를 해버리면 또한 효과를 보기 어려워진다.

흔한 잘못된 생각이 한번 해보고 효과를 보면 더 하자는 시각이다. 그런데 레이저는 역치 개념이 있어서 가령 5회를 100점으로 산정했을 때 1회 하고 20점, 2회 하고 40점식이 아니라 계단식 향상이 많다. 후반부가 중요할 수 있다는 의미이다. 물론 처음부터 효과가 나게 하려면 다소 무리하게 하면 된다. 물론 그것이 드라마틱한 경우도 있으나, 안전성의 확률이 그만큼 낮아진다.

많은 여드름흉터 없애는 방법들이 존재하지만, 표준화되고 안전한 방법은 역시 레이저 시술이다. 딱지가 지는 계열의 프락셀 기종으로 대표적인 것에는 씨오투프락셀과 어븀야그레이저가 있다. 씨오투프락셀로 잔구멍을 일일이 여드름흉터의 형태나 위치, 깊이에 따라서 맞춤용량대로 뚫어준다. 어븀야그레이저로는 조각하듯이 흉터의 마진을 깍아 주고, 전반적으로도 등고선법으로 시술을 해줌으로써 자연스러운 치료가 되게 한다. 씨오투프락셀로 깍아주고 어븀야그레이저로 뚫어줄 수도 있고 그런 기종들이 있으나, 씨오투프락셀은 잔구멍을 뚫어주어서 반영구적으로 살이 차오르는 기능이 주특기이고, 어븀야그레이저는 퀄러티 있게 광탄하게 깍아주는 게 주특기이다. 이같은 레이저 각각의 주특기를 잘 살려서 조합 시술하는 것이 좋다.

재생회복을 위해 값비싼 재생세럼을 바른다든지, PRP나 줄기세포를 이용하는 방법도 있는데, 레이저토닝과 제네시스토닝을 피부 상태에 맞는 비율로 병행하면서 재생회복이 빠른 니들고주파인 인피니를 이용하는 것이 좋다.

사 설

일자리 창출 협업 토론회 농업발전 계기로

전북도가 최근에 일자리 창출 방안 협업 토론회를 가졌는데 그 모임을 농업 발전의 계기로 삼아야겠다. 그 토론회를 일과성 행사로 하기에는 너무 아쉽다. 도내 농민들의 고통이 갈수록 가중되고 있기 때문이다. 사실 이대로 가면 도내 농가의 미래가 불투명하다. 농업 현장을 가보면 이런저런 한탄을 하는 농민이 많다. 답답한 일이 아닐 수 없다.

전북도가 이번에 일자리 창출 협업 토론회를 가지면서 삼락농정의 기치를 높게 든 만큼, 지역 농업의 활성화를 더욱 도모해야겠다. 농가의 소득 증대를 위해서 할 수만 있다면 내부적으로도 그 어떤 변화를 시도해야 한다. 전북도는 농민을 위한 모임의 자리를 정기적으로 마련해야 한다는 주문이다. 그렇지 않아도 도내 농가들은 여러 해에 걸쳐 여러 나라와 FTA를 체결한 것이 큰 부담이 되고 있는 터이다. 도내의 많은 농민들이 한숨을 길게 내쉬도록 해서는 안 된다.

전북도는 도내 농민들을 위해서 무언가 도움을 주어야 한다. 지역 경제를 위해서도 농업의 안정은 마땅하다. 그래서 지난날 있었던 공공기관 초청 세미나들도 다시 생각나는 요즘이다. 식품 산업에 관심의 초점을 맞추면서 산학연 교류의 모습을 보여 줬던 거 말이다. 언제고 도내 농가의 소득 증대를 위해서는 산학연 삼자의 협력이 필요하다. 도내 산학연 관계자들은 저번처럼 뜻을 함께 해서 지역 농업의 비전을 거듭 제시할 필요가 있다. 지난 날 여러 번 말했거니와 세미나 내용 그대로 전북 농산물의 경쟁력이 훨씬 더 강화된다면 농민들은 물론이고 농산업 종사자들에게도 좋은 일이다.

도지사는 이번의 일자리 창출 협업 토론회 자리에서 말했다. 식품 유통 산업 일꾼과 농생명 관련 일꾼을 양성하겠다고. 그게 과거에도 여러 번 말하 것이기에 그만큼 믿음이 간다. 도지사의 의지를 계속 보여준 것으로 해석이 되기 때문이다. 그것은 농민 일자리 창출과 관련해 멋진 그림이다. 도지사가 농민 전문 인력 육성과 함께 귀농인 유치를 위해 2355개의 일자리를 만들겠다고 했으므로 올해는 성과 풍성한 무엇인가를 꼭 보여주기 바란다.

전북도, 인구 고령화 현실 고민해야

전북도는 인구 고령화 현실에 대해서 많은 생각을 해야겠다. 인구 고령화 현실은 결코 반가운 것이 아니다. 그래서 물어보고 싶은 게 있다. 그에 대해 얼마나 마음을 쓰고 있는지 궁금하다. 전북도가 고민해야 할 것들은 많다. 그 중에서도 인구 고령화 현실은 매우 심각하다. 저번에도 언급했거니와 작금의 딱한 현실과 관련해 이마를 짚지 않으면 안 된다.

지역사회가 늙어가고 있다는 진단은 정확하다. 65세 이상 인구 비율은 짐작하는 것보다 높다. 17%를 훌쩍 넘어섰다고 보도된 지도 이제 상당히 지났다. 그것은 29세 이하 젊은이의 인구 비율이 18%대를 간신히 턱걸이 했던 것과 비교가 된다. 아마 지금은 상황이 더 안좋아졌을 것이다. 청년들은 줄고 있는데 고령자만 늘고 있으니 지역의 앞날이 딱하다. 이대로라면 전북의 미래가 어둡다. 다른 광역 시도와 달리 청년 인구가 매년 줄고 있음은 심히 염려스러운 일이다. 청년인구의 감소와 맞물려 거주 인구의 하향 고착화 현상에서 벗어나지 못하는 것도 그렇다.

전북도는 인구 고령화 현실에 대해 고민해야 한다. 청년 인구가 계속 줄고 있는 것과 관련해 그 책임이 작지 않기 때문이다. 전북도는 청년 일자리 창출을 위해서 분발해야 한다. 젊은이들에게 중요한 것은 어쩌다 발표 되는 일자리 통계가 아니다. 그것으로는 젊은이들의 공감을 살 수가 없다. 취업을 희망하는 이들에게 정말로 중요한 것은 괜찮은 일자리이다. 지난 1970년 이래 출향한 인사가 백수십만을 헤아리는데 그것은 매우 안타까운 일이다. 예전에는 평균잡아 1년에 4만여명 꼴로 떠났다면 최근에는 8만 명 꼴로 고향을 등지고 있다. 전북도는 아무래도 무슨 대책을 세워야겠다.

전북도는 청년 고용의 환경도 똑바로 보아야 한다. 지금의 답답한 현실이 개선되지 않는다면 청년 인구의 유출은 앞으로도 계속될 터이다. 다시 말하거니와 전북도는 지역의 현실을 바로 잡아야 한다. 전북도는 거주 인구 고령화 현실을 방관해서는 안 된다. 일자리에 목이 마른 젊은이들이 보다 보수가 좋은 직장을 찾아 서울로 떠나고 있는데 대책을 세워야지 그게 없다면 곤란하다.

독자제언

가정폭력 예방이 곧 가정의 행복

경찰에서는 4대사회악 등 국민생활 침해 사범 척결 이라는 과제를 두고 지속적인 단속을 하고 있다. 4대사회악 이란 가정폭력,성폭력,학교폭력,불량식품을 말한다. 이런 폭력 행위등은 마땅히 근절 돼야 하고 더 이상 방치하면 이들에 의해 파생될 후대의 문제는 엄청날 것이다

특히 가정폭력을 경험한 아동들이 자라서 성인기에 다시 가정폭력을 자행하는 경우가 상당히 많다고 한다

가정폭력은 신체적, 정신적,사회적 손산을 초래할 뿐 아니라 사회의 가장 기본 단위인 가족이란 구성원 자체를 파괴하는 사회적 문제이다.

가정폭력은 개인적 차원이나 가족 수준에서 문제를 해결하는 차원을 넘어서 사회적 수준에서 전문적인 도움과 치료를 주어야 할 당위성이 증가하고 있다.

가정에서 핵심이 되는 부부관계에 갈등이 생기고 이로 인해 폭력과 같은 문제가 발생함으로 가정이 파괴된다면 한 가정의 문제가 아니라 그로 인하여 사회문제가 되고 후대에 커다란 영향을 끼치는 일들이 될것이기 때문이다.

그러면 무엇을 먼저 어떻게 선행해야 이들을 예방하고 근절할 수 있을까? 우선 가정폭력이 아닐까 한다. 오죽하면 옛날부터 집 대문과 가훈으로 가화만사성이란 글귀가 진리처럼 전해 오고 있을까 싶다. 가정에서의 교육과 행복은 자녀들의 교육과 인성에도 막대한 영향을 미친다.

배봉규 완산서 서학파출소 팀장

독자제언

112 허위신고 경찰력 예산 낭비 크다

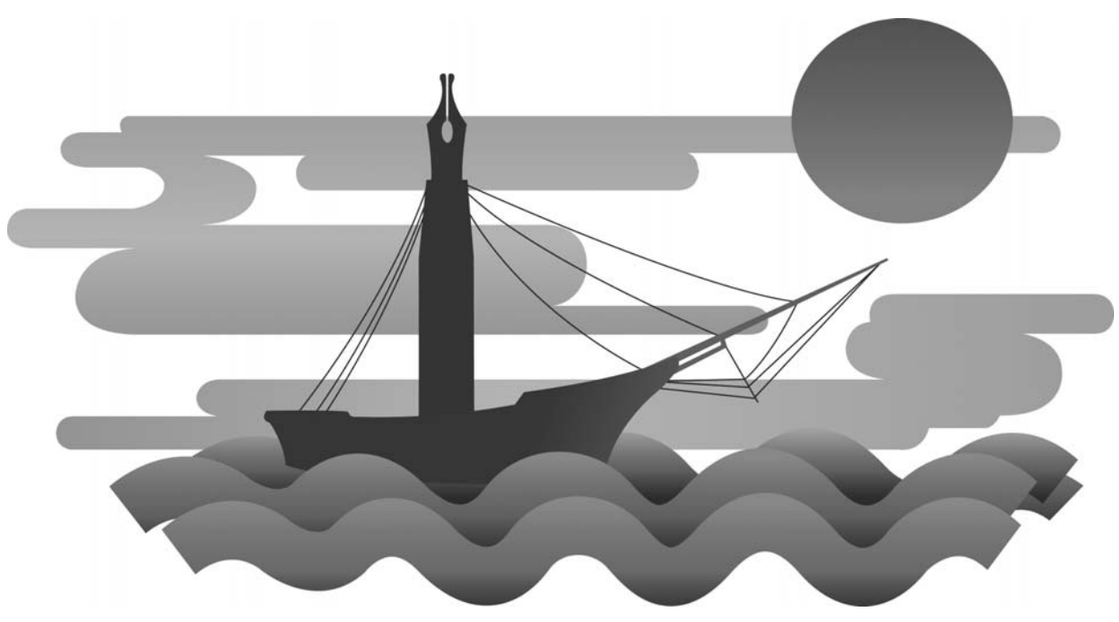
112신고는 국민들이 가장 위급하고 긴박할 때 경찰에게 도움을 요청하는 국민전화다. 매년 1만여건 이상이 112 허위신고로 경찰력이 낭비되고 있고 이로 인해 급박한 상황에 처한 사건 피해자들이 고스란히 피해를 입게 될 수밖에 없다.

허위신고는 아이들의 장난전화부터 주취자들의 상습 허위신고, 이권 다툼으로 인한 악의적인 상습 허위신고 등 허위신고의 종류도 다양하다. 이러한 신고를 받은 경찰관은 신속하게 현장에 출동해야 하기 때문에 경찰력 낭비는 물론 예산낭비까지 불러오고 있다.

가장 큰 문제는 이렇게 허위신고를 하는 사람들 스스로 큰 문제로 생각하지 않는 다는 것이다. 허위신고는 엄연한 범법행위이다. 허위·장난신고를 할 경우 경범죄처벌법 제1조5호(허위신고)에 의한 60만원 이하의 벌금, 구류 또는 과료에 처하고 형법 제137조(위계에 의한 공무집행방해)5년 이하의 징역 또는 1천만원 이하의 벌금형에 처하고 상습적, 악의적인 허위신고로 경찰력 낭비가 심하거나 실제 위급상황 지연으로 확산할 경우 민사상 손해배상소송 등 엄중 대처하고 있다.

이젠 112는 국민을 지키는 전화로, 긴급한 전화로, 범죄신고 전화로 인식되어야 하며, 국민들 스스로 112 보호하고 이용해야만, 국민의 안전이 보장되고, 소중한 사람들을 지켜줄 수 있다는 것을 명심해야 한다.

최하준정읍경찰서 중앙지구대 경위



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