



안티더스트, 내 피부 속 미세먼지 **OUT**



미세먼지가 일상이 된 요즘, 피부 문제도 심없이 생겨난다. 미세먼지의 해악은 나날이 늘어나고 있으며 피부도 예외일 수 없기 때문이다. 최근 논문에 따르면 미세먼지는 미토콘드리아에서 활성산소(REACTIVE OXYGEN SPECIES)를 생산하여 콜라겐 합성을 감소시키고 콜라겐 분해를 증가시켜 주름 등 ‘피부노화’를 가속화하는데 지대한 영향을 주고 있다고 한다. 이럴수가~~!

유전적으로 결정되고 시간의 경과에 의해 건조함, 잔주름, 탄력성 감소 등 자연스럽게 일어나는 내인적 피부노화도 포기가 되지 않는데 주변 환경요소에 의해 발생하는 피부노화 즉 외인적 피부노화는 여기에 더해 거친 주름과 불균일한 색소침착이 두드러진다. 최근 연구보고서에 따르면 외인적 피부노화에 잘 알려진 환경적 요소는 자외선과 흡연 외에도 미세먼지 노출이 주름과 색소반점이 증가되는 피부노화와 직접적 관련이 있다는 것을 역학적으로 밝혀냈다.

이젠 안티더스트 시대

미세먼지로부터 피부를 보호하기 위해 미세먼지와 접촉을 줄이고 미세먼지를 몸 속에서 배출하기 위한 노력을 하라고 조언하는데 안티더스트의 요구도 대세가 되어 가고 있다. 내 피부에도 미세먼지 저감~~이 필요하다. 내 피부 속 저감조치를 위한 4가지 팁을 제공한다.



내 피부 속 저감조치 1

피부 오염도를 낮춰라

외출시 미세먼지에 가장 취약한 부위는 얼굴이다. 무방비 노출된 얼굴은 화장으로 인한 메이크업 성분과 피지 등이 미세 먼지와 엉겨 피부 오염도가 극대화될 뿐 아니라 자극을 야기한다. 신경을 써서 꼼꼼하게 닦아내는 수밖에 없다. 그렇다고 뽀득뽀득 소리가 날 정도로 강한 세정제를 쓰는게 왕도가 아니다.

피부는 PH 4.5~6.5 정도의 약산성일 때 가장 건강한 상태인데, 세정력이 강할수록 알칼리성이다. 황사를 깨끗이 제거한다고 이런 알칼리성 세정제를 계속 쓸 경우 피부보호막 형성에 필수인 피지까지 과도하게 제거해 오히려 민감성 피부를 만든다. 따라서 보약이 되는 클렌징의 첫걸음은 제품 선택에 있다. 일반적으로 중성이나 약산성을 띠는 제품을 사용하면 좋는데 성분이나 사용설명서에 'PH 밸런스를 맞춰 준다'는 문구가 들어있는 것을 고른다. 세안 후 바로 보습제를 바르는 것도 중요하다. 잦은 세안만큼이나 충분한 보습이 피부 건강을 유지해준다.



내 피부 속 저감조치 2

내 피부에 보호막을 만들자

안티더스트 혹은 안티폴루션 기능이 있는 자외선차단제나 비비크림 등의 제품을 바르면 좋다. 해당 성분은 오염물질이 피부에 잘 엉겨붙지 않도록 도와준다. 또한 미세먼지로 인해 피부가 민감해졌다면 꼭 화장품 성분을 확인해보고, 알레르기를 유발하는 성분의 가짓수가 적은 것을 선택한다. 또한 외출 중 가급적 얼굴에 손을 대지 않는다. 평소에도 손의 오염도는 심각하지만 미세먼지가 기승일 때는 더욱 그러하다. 손을 자주 씻고, 얼굴에 손을 대지 않는 것만으로도 피부는 보호된다.

손씻기의 실효성에 대한 찬반이 있지만 피부에 있어서만은 2차 오염을 막기 위한 필수 조치다. 외출 중에는 마스크, 안경, 모자 등을 착용하도록 하고 미세먼지가 높은 날은 가급적 실외활동을 자제한다.



내 피부 속 저감조치 3

두피도 피부예요. 올바른 샴푸법 기억하자

두피가 깨끗해지는 샴푸법을 숙지하는 게 중요하다. 잦은 샤워로 인해 샴푸하는 일도 많아지기 때문이다. 샴푸시 물은 미지근하게, 동전 크기만큼의 샴푸를 짜 두피에 직접적으로 닿지 않게 뒤쪽부터 앞부분까지 마사지하듯 원을 그려 샴푸한다. 기능성 샴푸의 경우 바로 헹궈내지 말고 3분 정도 마사지 하되 샴푸 시간은 10분 이상을 넘지 않는다.

두피에 직접적으로 샴푸를 닿지 않게 하는 이유는 과한 세정으로 인해 두피 보호막까지 제거되는 것을 막기 위해서다. 두피의 기름은 때로 두피에 문제를 일으키기도 하지만 반드시 있어야 할 두피 보호막이다. 과도한 샴푸로 피지를 너무 많이 제거해버리면 보호막이 사라진 채 두피가 이물질에 바로 노출돼 버리므로 여러 두피트러블이 발생할 수 있다. 트리트먼트도 주 1회 정도 정기적으로 사용하면 건강한 모발 유지를 위해 도움이 된다.



메디컬 스킨케어로 단번에 해소하는 내 피부 속 저감조치

하이드로필 & 피부강화 프로그램

모공청소와 함께 수분을 공급해주는 하이드로필의 경우 미세먼지로 인해 노출된 피부를 깨끗하게 청소해주고 수분을 충전해주는 방법이다.

하이드로필은 기본적으로 피지 및 블랙헤드, 각질을 청소해주는 치료이기 때문에 안면개선 효과는 부가적으로 따라온다. 여기에 더해 유효성분의 흡수율을 높일 수 있어 화이트닝 수분증진을 위한 시술의 전처리로도 잘 활용되고 있다. 효과를 배가시킬 뿐 아니라 청소 후의 말끔함을 피부에서 느낄 수 있어 고객들의 만족도가 높다.

피부강화 프로그램은 가혹한 외부환경으로 상처받은 피부를 치료하고 피부장벽의 힘을 회복시켜주는 단계별 프로그램이다. 1단계로는 상처받은 피부를 달래고 진정될 수 있도록 응급처치를 하는 프로그램이며 2단계는 수분충전을 하는 하이드로리프팅 시술이다. 3단계는 피부 본연의 재생력을 키우는 단계다. 23년 피부주치의의 임상노하우를 믿고 미세먼지를 이겨내자. 피부는 차앰박 피부과가 가장 잘 안다. 그리고 가장 잘 해결한다.

