



한파 속 내 피부 **S.O.S** 응급처치 도와주세요! 차안박

Feat 2019년 1,2월 피부 시술의 기상도 엿보기

사계절이 희미해진지 오래고 겨울은 해가 거듭 될 수록 유독 길고 혹독 해졌다. 피부 역시 예외일 수 없어서 건강한 피부상태를 유지하기 위해서는 겨울나기 또한 중요하다. 기상청에서는 이번 겨울이 어느때보다도 일교차가 심하다고 경고하고 있다. 그 변화폭이 풍당 풍당 하루가 다르다는 게 기상청의 설명이다. 이 변화무쌍한 날씨에 맞춰 피부 보호 대비책이 꼭 필요하다.



볼이 빨강게 돌아올라요!!



높은 기온차



강한 바람



외출후 볼이 심하게 빨강다.

안면홍조증이 겨울에 심해지는 이유는 실내외 기온차가 크기 때문이다. 피부가 빨강게 변하는 것은 급격한 온도 변화로 인해 모세혈관이 확장되기 때문인데 정도가 심하면 모세혈관이 거미줄처럼 얼굴 피부에 비치게 되는 모세혈관 확장증, 그 정도가 심하지 않고 얼굴 전체에 홍조를 띄게 되면 안면홍조증으로 구분된다.

케어법으로 우선 기억해야 하는 것은 피부과 전문의의 처방 없이 함부로 연고를 남용하지 않아야 한다는 점이다. 피부염 치료제에는 스테로이드 성분의 호르몬제가 섞여 있어 부작용이 생길 수 있다. 자주 바르면 피부를 얇게 하고 증상을 악화시킬 수 있어 전문의의 처방이 필요하다. 급격한 온도 변화에 주의하고 심한 지성피부가 아니라면 저자극성 스킨을 차게 해서 화장솜에 적신 다음 가볍게 두드려 진정시켜 준다. 하지만 홍조가 심하고, 일상생활에 불편함을 느낀다면 피부과에 방문하여 혈관레이저 치료를 받아 보는 것도 도움이 된다. 악화시키지 말고 진료받아 보길 권한다.



하얗게 각질이 일어나요!!



건조



수분부족



강한 바람



얼굴 곳곳에 하얗게 각질이 일어난다.

피부의 각질이 들뜨고 건조하다면 우선 생각해야 하는 것이 보습 케어다. 각질케어를 해야 하나 생각하지 말고 기승전 보습 케어가 필요하다. 피부에 충분히 보습 케어를 한 이후에도 눈에 띄게 각질이 일어나는 부위만 각질을 제거하는 것이 기본 원리. 보습 케어 시에는 보습 제품을 활용하는 방안도 있지만 체내 수분 보유량을 높여주는 것이 더 좋다. 우선 물을 많이 마시고 매일 유수분 균형을 맞춰주면서 피부에 충분히 유분과 수분을 공급한다. 또한 난방기구의 히터 바람을 피부에 직접 쐬지 않고 가슴이나 젖은 수건을 이용해 습도를 유지한다. 평소 비타민이 많이 든 과일인 키위, 오렌지, 토마토 등을 충분히 섭취하는 것도 좋다.

무엇보다 각질 관리를 해준 날은 보습 및 진정 효과가 있는 크림을 듬뿍 발라 주거나 보습 효과가 있는 시트 타입의 마스크를 이용하여 마무리한다. 지속적으로 건조함이 해소되지 않는다면 피부 전문의에게 전문적인 각질케어를 진행하길 권한다.



실내 난방으로 눈가와 양볼이 땅긴다.

피부가 당기고 건조함이 극심해진다면 긴급조치로 얼굴은 물론 본인의 주변과 머리카락에 수분 미스트를 뿌려준다. 또한 건조하다 못해 얼굴에 각질이 들떠 있다면 들뜬 부위에 영양 앰플을 살짝 발라주는 것도 좋다. 이후 깨끗한 손으로 얼굴을 살살 두드리고 감싸주면 수분이나 영양이 증발되지 않고 피부에 잘 스며들 수 있다. 수시로 물을 마셔주면서 체내 수분량을 늘리고, 가슴기를 이용하여 주변 공기가 건조해지지 않도록 한다.

아울러 실내 온도가 높을수록 공기가 더욱 건조해지므로 사무실 온도를 낮춰주고, 1~2시간마다 5~10분정도 환기를 시켜준다. 또한 나이론 스타킹이나 스팔 바지처럼 다리에 달라붙는 합성섬유는 정전기를 일으키므로 건조한 날씨에는 착용을 피하도록 한다. 피부의 사막화를 막기 위해서는 차앰박 특화 진정보습케어를 통해 수분을 충전하는 것도 좋다.

눈가와 양볼이 땡겨요!!



건조



수분부족



높은 실내온도



2019년, 내 피부 시술의 기상도

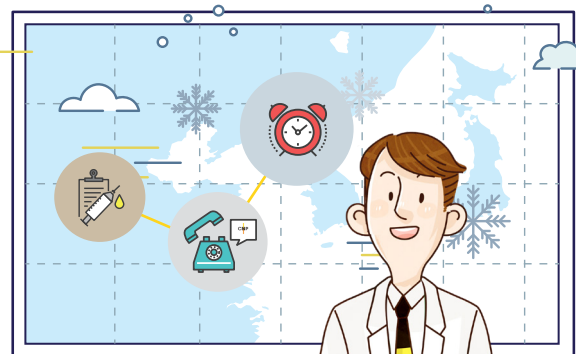
KEYWORD는

결심시술, 사전예약, 그리고 연휴프로그램

우리나라 최대 명절인 설연휴가 2월이라 새해지만 조금은 여유로운 1월을 보낼 수 있는 2019년. 황금돼지띠, 돼지의 꿈을 이루는 해라는 온갖 수식어 속에서 새해를 출발하는 이들의 잔걸음이 시작되는 때이기도 합니다. 새해 그동안 미뤘었던 **점빠기** 나 **여드름 흉터 시술 등 결심시술**을 하기도 하고 여유롭게 남은 설연휴를 앞두고 **사전 예약**을 하는 움직임도 포착됩니다.

2월 설연휴 계획 아직도 망설이고 있다면 **차앰박피부와 연휴 프로그램**을 확인 후 꼭 **사전 예약**을 하길 바랍니다.

이번 설연휴에도 여드름흉터 시술을 비롯해 안티에이징을 위한 **리프팅레이저**에 대한 관심이 높아지고 있다고 합니다. 한 해의 시작! 1, 2월의 피부 겨울나기에 따라 피부 건강이 달라진다는 것을 꼭 기억해주시기 바랍니다.



피부과 전문의

CNP CNP 차앰박피부과