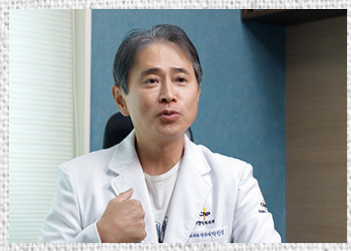
통권 No.67 2021년 9/10월호

CNP CNP 차앤박피부과

풍요로운 가을날 되세요



CNP CLINIC
슬기로운 연휴 활용법
9월/10월 시술받기 좋은 날



CNP STORY
피부에 진심인
압구정 차앤박피부과의 20년 이야기



CNP NEWS
차앤박피부과 이모저모
노원 대한민국보건산업대상 수상 외

차앤박피부과와 함께하는 슬기로운 연휴 활용법

9월/10월 시술받기 좋은 날

바야흐로 피부 고민 해결의 날이 다가오고 있다. 9월 추석 연휴 직전, 그리고 생각지도 않게 주어진 10월의 대체공휴일이 바로 D-DAY 다. 피부 고민 해결을 위한 차앤박피부과 활용법, 시술받기 좋은 날을 톺아보자.

추석연휴 직전 공략하기, 5~6일의 회복기 열전

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
		추석				

시술 받기 좋은 날 / 전 지점 휴진

시술받기 좋은 날은 금요일인 **17일**과 토요일인 **18일**이다. 추석 연휴는 21일 화요일이기 때문에 추석 이전에 3일 정도의 여유로움이 있다. 따라서 17, 18일을 활용하는 게 가장 좋다. 약속은 잠시 미룬 채 피부 고민 해결에 집중하자.

이때는 모공/흉터 시술을 비롯해 딱지나 재생 테이프 관리를 해야 하는 레이저 시술을 받기 좋다. 사전예약은 필수다. 미리 상담 받고 시술 계획을 세우는 것도 하나의 전략이다. 꼭 기억하자. 상담은 미리 받고 시술 날짜는 꼭 예약하기. 연중 5~6일의 회복 기간이 확보되는 일은 거의 없다는 점을 기억하기 바란다.



10월 2번의 대체공휴일, 똘똘하게 전략 세우기

10월엔 개천절과 한글날을 대체한 공휴일이 월요일인 4일과 11일에 연속으로 생겼다. 다만 토요일인 9일은 병원도 휴일이다. (각 병원의 사정에 따라 진료일정이 다를 수도 있다) 따라서 2-4일로 이어지는 3일간의 공휴일은 1, 2일이 시술 받기 좋은 날이라면 9-11일로 이어지는 3일간의 공휴일은 8일 하루만 시술 받기 좋은 날이 되는 것. 한글날 연휴가 아쉽기는 하지만 추석 연휴 직전 모공/흉터 레이저를 받았다면 2회차 시술 날짜로 잡아 볼 수 있다. 4주가 지난 시기이기 때문에 효과를 증진하기 위한 일정으로 안성맞춤이다. 10월 연휴까지 활용하여 2회차 시술을 받는다면 예정되어 있는 취업 면접이나 웨딩, 웨딩 지인 케어 등에서 빛을 발할 수 있다. 또한 티가 거의 나지 않는 리프팅 레이저를 받아보는 것도 좋다. 탄력 저하가 심해지는 시기이기 때문이다.

어차피 연휴 직전 시술은 모공/흉터 시술?

시술하기 좋은 날 10

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					1	2
3	4	5	6	7	8	9

물론 연휴 직전 가장 선호하는 시술은 회복 기간이 확보된다는 강점 때문에 미뤄 두었던 모공/흉터 시술이다.
다만, 2021년 가을 '광채 피부'에 대한 관심이 높아져 각 브랜드들이 광채를 강조하고 있다. 실제로 광채 피부는 피부과의 오랜 화두이며, 광채 피부를 위한 피부과학의 완성도는 점점 높아지고 있다. 광채 피부는 단지 투명하고 밝은 피부를 의미하지 않는다. 흠결 없는 피부 즉 건강한 피부의 완결인 것이다. 이러한 이유로 이번 연휴에도 딱지나 테이프 관리를 동반하는 표피성 색소 및 점, 편평사마귀, 쥐젖 등 제거 치료의 인기도 계속될 전망이다. 탈마스크 움직임이 구체화 되면서 그동안 꼭꼭 숨길 수 있었던 피부 고민을 이젠 해소해야 하는 시점이기도 하다. 광채 피부를 위한 마중물 시술 START. 본인의 스케줄을 확인하고 사전 예약을 서두르자. 지금부터 행복한 고민도 START.



시술 후 S.O.S, 친절한 가이드 메모메모

연휴 직전 시술을 받았는데 홈케어를 하던 중 궁금한 상황이 생길 수 있다. 이럴 경우 당황하지 말자. 25년 차앤박피부과의 임상 노하우는 하루 아침에 생긴 것이 아니기 때문이다. 지혜롭게 해결할 수 있도록 차앤박피부과 브랜드 홈페이지(https://www.cnpskin.com)의 자주하는 질문 에 정리해 놓았다. 차앤박피부과 홈페이지의 커뮤니티 >> 자주하는질문 에서 시술 후 관리법을 확인할 수 있다. 레이저 시술 후 피부 반응에 따른 색소, 모공/흉터별 관리법, 재생 테이프 사용법도 잘 안내되어 있다.


레이저 시술 직 후 피부상태


시술 부위 재생테이프 치방

또한 차앤박피부과 공식 블로그 (https://blog.naver.com/cnp1996) 검색창에서 "시술 후 관리"라는 키워들을 검색해 보면 다양한 정보들이 있다. 지피지기면 백전백승. 차앤박피부과와 함께하는 슬기로운 연휴 활용법이다.

피부에 진심인 압구정 차앤박피부과의 20년 이야기

박진성 대표 원장

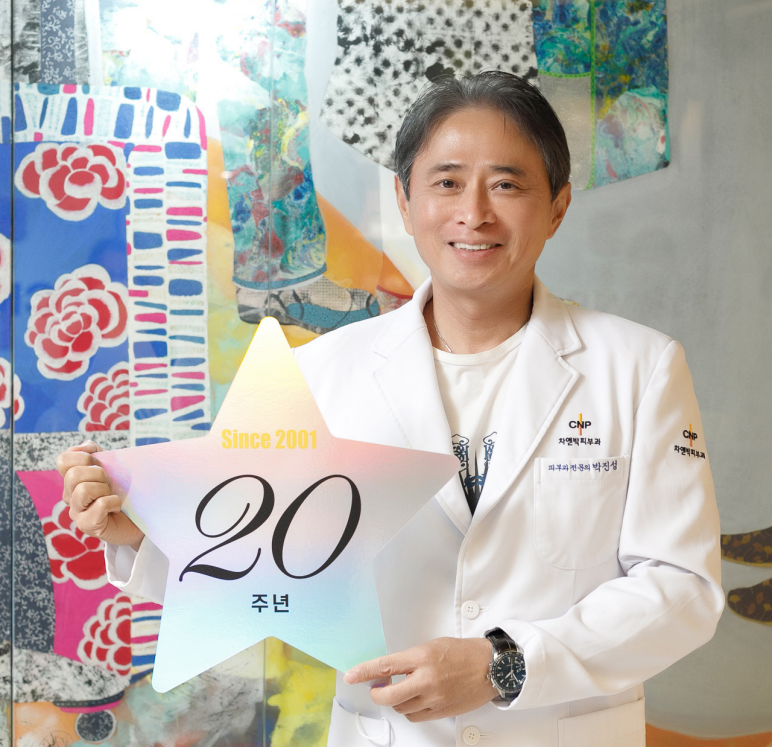


가을의 기운이 막 느껴질 즈음 압구정 차앤박피부과를 찾았다. 20년 동안 서울 그것도 강남의 뷰티 메카에서의 여정은 언제나 흥미롭다. 오롯이 피부 건강에 진심인, 압구정 차앤박피부과의 이야기다.

피부는 내 건강의 바로미터, 여드름 재발 악순환 고리 끊기 중요

"20년 동안 진료하다 보니 얼굴만 봐도 환자의 기본 건강 상태는 알 수 있어요. 피부는 온 몸의 피부 면적으로 보았을 때 약 9%에 해당하지만 우리 몸 건강의 여러 신호들을 보여주기도 하거든요. '여드름 치료는 차앤박피부과' 인데 간혹 치료 후에도 금세 재발, 악순환을 끊지 못하는 환자들이 있습니다. 피부과 전문의로써 진심으로 그 분들의 고민을 해결해 드리고 싶었습니다."

'이건 단순한 피부 트러블의 문제가 아니다'는 생각에서 오랜 기간 해당 환자군을 연구하고, 생활습관 이모저모까지 살피면서 런칭한 프로그램이 '여드름 8주 치료 프로그램'이다. 병원의 다양한 치료 프로그램으로 시너지를 낼 수 있도록 치료하되 환자 개인의 생활습관 및 영양 불균형, 스트레스 지수를 고려해 치료 스케줄을 설계했다.



말 그대로 여드름 치료의 개인화로 많은 환자들이 여드름 재발의 악순환에서 자유로워 질 수 있었다. 여드름은 불치라는 오명 대신 해결할 수 있다는 희망을 드리게 된 부분에 보람을 느낀다는 박진성 대표 원장이다. 결국 피부는 온 몸의 건강 상태를 보여주는 최대 장기임을 알게 되었을 뿐 아니라 환자의 피부 건강을 나아가 건강에 대한 진심이 결과로 보여진 대목이다.

피부 건강을 위한 다양한 고민, 환자와의 소통이 답

피부 역시 건강이라는 화두와 연결이 되는 요즘, 다시 광채 피부에 대한 관심이 고조되면서 피부 본연의 건강함이 강조되고 있다. 피부과 치료를 증진 시키는 스킨 부스터, 수액 요법 역시 그 맥락에서 회자되고 있는 것. 통합의료의 관점으로 보조적인 여러 치료들이 결합되는 부분은 피부의 치료 효과를 높이고, 유지할 수 있도록 돕는 역할이 되는 것이다.

"여드름 8주 치료프로그램을 통해 원인이 다양한 만큼 예방이나 방어 역시 전방위적으로 이뤄져야 한다는 생각을 했어요. 그래서 환자와의 상담을 통해 놓치고 있는 부분이 없는지 점검하게 됩니다. 최선을 다해 치료하고 이후 환자가 일상으로 돌아갔을 때 주의해야 하는 부분, 생활습관 교정 등이 그것입니다. 불면증/ 과도한 스트레스는 피하고, 수분 섭취를 적극 권장하는 것으로 요약됩니다." 20년 동안 이 지역의 피부주치의로서 함께 할 수 있었던 것 또한 이러한 환자와의 유대와 공감에서 기인했다고 말할 수 있다.

피부 건강 지키기는 현재진행형, 내 피부에 관심 갖기

어떻게 해야 피부가 좋아질까라는 질문이 일상이었을 그에게 다시 한번 피부 건강 나아가 건강을 위한 기본지침에 대해 조언을 구했다. "피부의 신호를 잘 감지하고 방심하거나 방임하면 안됩니다. 더 큰 문제를 가져오기 때문인데요. 가장 강조하고 싶은 것은 '그냥 넘기지 않는 것'입니다. 현대인들은 바쁘다는 이유로 매일 내 몸에 양질의 영양분을 제공할 수 있는 가장 간단한 기회인 식사와 수분 섭취에도 소홀한 경우가 있습니다. 이게 습관이 되고, 피부가 보내는 신호 역시 대수롭지 않게 생각하죠. 건강은 어떤 특정 시기에 지키고 유지하는 게 아닙니다. 매번 살피고 문제가 생겼을 때 바로 해결하는 지혜가 필요합니다." 트러블이 생겼을 때는 즉시 피부과 방문하기와 같은 실천도 중요하다. 피부가 우리 몸 건강을 반영한다는 사실 하나 만으로도 안티 스트레스나 숙면, 균형잡힌 영양 섭취 등은 아무리 강조해도 지나치지 않는다고 조언했다.

오롯이 피부 건강에 진심인 박진성 대표 원장의 이야기는 차앤박피부과 공식 유튜브를 통해서도 만나볼 수 있다.

박진성 피부과 전문의의 피부가 좋아지는 생활 TIP

안티 스트레스

육체적, 정신적 스트레스가 누적되면 방어기전의 원활한 작동과 반응성 정도에 따라 피부는 거칠고 칙칙해지며 탄력을 잃어 쳐진다. 물론 노화도 가속화된다.

따라서 스트레스로부터 효과적으로 탈출하기 위해서는 정신적인 안정, 충분한 육체적 휴식, 고른 영향 섭취라는 삼박자의 조화를 이뤄내는 것이 중요하다.



꿀피부를 위한 숙면

수면 중에는 성장 호르몬을 비롯한 몸 속 호르몬이 활발해지고, 모세혈관이 확장되어 혈액 흐름도 좋아지기 때문에 피부 역시 분비, 호흡 기능이 원활하게 이루어진다. 반면 부족한 수면은 피부의 신진대사가 저하되면서 다양한 피부 문제를 야기한다. 또한 수면 시간만큼 중요한 것이 수면의 질이다. 일정한 시간에 자고 일어나는 수면주기를 갖추는 것이 좋다.



이너뷰티 키워드 비타민/콜라겐

비타민은 전 연령대, 콜라겐은 20대 중후반으로 추천할 만하다. 비타민의 기능은 피부 보습은 물론 여러모로 신체 활동이 제대로 기능할 수 있도록 돕는다. 다만 몸 속에서 형성되지 않는다. 몸속 단백질의 33%를 차지하는 콜라겐은 나이가 들수록 합성되는 콜라겐보다 파괴, 배출되는 게 많아진다. 이너뷰티에서 비타민과 콜라겐을 기억해야 하는 이유다.





차앤박피부과 이모저모

노원 - 대한민국보건산업대상 기미/색소부문 수상

천안불당 - 피부과 전문의 대상 웨비나

우리병원 개원 월은 언제?

차앤박피부과 공식 유튜브 채널 런칭

노원 차앤박피부과 대한민국보건산업대상 최우수브랜드종합대상, 기미/색소부문 수상



노원 차앤박피부과의원은 2016, 2017,2018, 2020, 2021년 5회째 대한민국보건산업대상 '최우수브랜드종합대상, 기미/색소부문'을 수상했다. 한편 지난 2019년에는 대한민국보건산업대상 '국민건강보험 심사평가위원장 표창, 환자만족도 부문'을 수상하면서 2016년부터 2021년까지 6년 연속으로 대한민국산업보건대상을 수상한 쾌거를 이루었다.

송원근 대표 원장은 "더욱 친절과 미소로 편안하게 응대하고 새로운 치료 기술 개발에 매진해서 난치성 색소질환, 여드름, 여드름흉터 그리고 피부 쳐짐, 주름 등으로 고민하는 분들의 마음을 최대한 편안히 만들어 드리고 싶다."고 수상소감을 밝혔다. 한편 노원 차앤박피부과의원에서 만든 닥터뷰에제 브랜드도 5년 연속 대한민국보건산업대상 기능성 화장품 부문 최우수브랜드 종합대상 수상했다.

올해로 14회째를 맞은 '대한민국보건산업대상'은 보건산업최고경영자회의가 주관하고 보건복지부, 식품의약품안전처, 건강보험심사평가원 등이 후원하는 시상제도로 국내 보건산업의 발전을 위해 국민의 건강 증진과 삶의 질 선진화에 이바지한 기업, 기관, 병의원을 엄격한 기준으로 선정해 시상한다.

천안불당 김현조 대표 원장, 여드름치료제 피부과 전문의 대상 웨비나

지난 7월 23, 24일 양일간 온라인으로 개최된 여드름 치료제 '아크리프' 출시 기념 'AKLIEF LAUNCH GRAND SYMPOSIUM에서 김현조 대표 원장은 피부과 전문의를 대상으로 새로운 등, 가슴 여드름 치료제에 대하여 강의했다. 아크리프는 여드름 치료의 1차 치료제 요법으로 권장돼 온 레티노이드 계열의 치료제로 그동안 얼굴 여드름 치료에만 국한돼 왔던 기존 치료제의 한계를 극복해 얼굴 및 몸통 여드름을 동시에 치료할 수 있는 치료제로 평가받고 있다. 9~54세 연령의 453명을 대상으로 최대 52주 동안 진행한 연구로 치료제에 대한 안전성과 효과성을 입증한 연구를 공개해 주목 받았다.

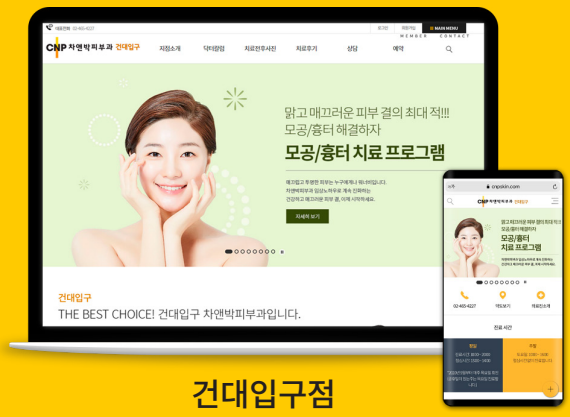


우리병원 개원 월은 언제?

9/10월 풍요로움의 상징인 계절, 개원 병원을 소개한다. 2002년 우리나라 중부 중심도시 천안에 차앤박피부과가 개원했다.
현재는 위치를 옮겨 천안 불당동(천안시청점)에서 고객을 만나고 있다.
건대입구 차앤박피부과도 2012년 9월에 개원, 지역의 피부 주치의로 자리매김하고 있다.



천안시청점



건대입구점



차앤박피부과 공식 유튜브 런칭

차앤박피부과가 공식 유튜브 채널을 런칭 했다.

박진성(압구정), 노도균(여의도), 김명환(일산), 송인국(광주)피부과 전문의 들의 다양한 피부 콘텐츠을 만나볼 수 있다. 셀프 시술에서 피부와 관련된 '카더라통신'을 해소해 주기도 하고, 화장품과 연계한 꿀팁까지 유저들이 평소 진료실에서 궁금해 했던 내용들을 알차게 영상으로 담았다. 따뜻한 댓글과 구독, 좋아요, 알람 설정은 기본!! ^^