통권 No.70 2022년 03/04월호

CNP 차앤박피부과





CNP CLINIC

노출 앞에 사각지대가 없도록
놓치기 싫은 바디 관리 꿀팁



CNP STORY

확신의 전지적 피부 시점
천호 차앤박피부과 노기영 대표 원장



CNP NEWS

차앤박피부과 SNS 채널 따라잡기
채널별 베스트 콘텐츠 소개

노출 앞에 사각지대가 없도록

놓치기 쉬운 바디 관리 꿀팁



기상청의 한반도 통계자료 분석에 따르면 최근 10년 동안 평년 대비 평균 기온이 3월은 0.9도, 4월은 0.3도 5월은 1.3도가 상승했다. 온난화가 지속되고 있다는 전망으로 기온이 높아지지만 강수량은 낮아진다는 것. 봄은 사라지고, 여름은 상대적으로 길어진 만큼 여름나기를 위한 대비가 필요하다.



노출을 거부하는 내 몸 속 숨은 색소 없애기

팔꿈치는 피지선이 발달되지 않아 건조해지기가 쉽고, 움직임 중에 마찰이 발생하는데 이 과정에서 각질이 두꺼워져 색소침착이 되기 쉽다. 각질관리는 물론 평소에 보습을 철저하게 하면 예방할 수 있지만 갈색의 색소침착이 신경 쓰인다면 레이저를 이용해서 개선할 수 있다. 10분 내외의 간단한 시술로 치료받을 수 있고, 무릎 색소침착 역시 치료가 가능하다. 색소침착 치료의 경우 1주 간격으로 5회 이상 진행한다. 셀프 제모로 생긴 겨드랑이 속 색소침착은 물론 심하게 긁거나 상처로 자국이 남은 색소 역시 색소 레이저로 치료할 수 있다.



노출을 거부하는 내 몸 속 숨은 색소 "0"에 도전해 본다.

노출 앞에 사각지대가 없도록 놓치기 쉬운 바디 관리 정보를 모아 보았다. 여름은 코 앞인데 마음은 바쁠 수밖에 없다. 지금이라도 서두르자. 봄은 짧다. 그리고 여름은 길다.

제대로 제모 관리

제모 시술에 대한 문의가 시작되는 시기이다. 레이저를 이용하여 모낭 속 멜라닌 색소를 타깃으로 하여 털이 자라지 않도록 하는 시술 방법인데 시술 부위는 겨드랑이 선호도가 가장 높다. 다음으로는 인중과 종아리, 팔 순위인데 피부과에서 진행하는 제모는 이렇듯 다양한 부위에 적용이 가능하다. 제모는 1회 시술로 해결되지 않고 4-6주 간격으로 5회 이상 반복 시술해야 효과적이다. 민소매의 당당함을 위해서, 전체적으로 어두워 보이는 코밑 인중 제모, 여름이 다가올수록 더욱 신경이 쓰이는 팔과 종아리 제모의 완성도를 위해 서둘러야 한다. 제모는 부위별 10-15분 정도 시간이 소요되는데 마취 없이 간편하게 시술 받을 수 있다.





등드름, 가드름, 문제는 자국이다

피지 분비가 많지만 놓치기 쉬운 등, 가슴 여드름 및 자국도 치료할 수 있다. 모공 속에 직접 작용하여 피지의 배출을 돕고 불필요한 각질세포를 제거하는 클라로 필링은 검증받은 바디 관리이다. 세포 신진대사를 촉진하는 인산염이 다량 함유되어 있어 한 번의 시술로 스킨 스케일링 3배의 효과를 나타내면서 일주일 안에 효과를 볼 수 있다. 전 처치 없이 시술받을 수 있고 시술 후에도 홍반이나 색소침착의 우려가 없다. 필링의 강도 조절이 가능해 모든 피부에 시술이 가능하고 등이나 가슴에 올라온 화농성 여드름을 빠르게 억제할 뿐 아니라 여드름 염증 후 색소침착을 완화하는데도 효과가 탁월하다.

확신의 전지적 피부 시점

천호 차앤박피부과 노기영 피부과전문의(대표 원장)



피부과 전문의. 피부주치의. 피부전문가.

강산이 2번 바뀌는 세월 동안 진료 현장에서 피부과 전문의, 피부주치의 그리고 피부 전문가로 환자와 마주했다. 시간이 지남에 따라 전문의, 피부주치의, 전문가 등으로 변주하기는 했지만 차앤박피부과라는 브랜드와 함께 그의 삶에서 가장 익숙하고도 중요한 수식어가 되었다.

피부과 전문의, 늘 해피엔딩

피부과 전문의로서 진료실에 들어서는 환자의 다양한 피부 고민과 병변 상태를 살피고 진단한다. 개선되는 방향으로 집중하면서 해결하기까지 여러 동선이 존재하지만 늘 개개인의 삶의 질까지 긍정적으로 변화시키는 결론이 좋았다. 천호에서 개원을 했던 그 첫날의 마음가짐이기도 했다. 환자 피부의 희로애락 속에 그의 섬세한 성향이 통하는 부분도 있었다. 또한 세월의 깊이만큼 시간은 지나 개원 초기 청소년기 여드름으로 방문했던 환자들이 자녀를 데리고 방문하고, 남자 환자들이 꾸준히 늘어나고 있다.

“개원 초반에는 남자 환자의 비중도 높지 않았지만 간혹 털이 없어서 고민인 환자가 내원했다면 지금은 매끄러운 피부를 추구하는 제모 환자들이 늘고 있어요. 미의 기준이 달라졌다는 걸 느끼죠.” 건강한 피부는 미용의 개념을 넘어 미테크라는 영역으로 개인의 경쟁력에 영향을 미치는 한 분야가 되었다.



피부주치의, 이제는 숙명

초반 지역의 피부과 거점 병원으로 인근 지역에서도 많이 방문했다. 그 과정에서 대학이나 연구실에서 경험한 피부 질환을 실제로 마주하며 나날이 성장 할 수 있었다.

“요즘은 상황이 바뀌었습니다. 주변에 피부과는 흔하고, 의료 정보도 다양해서 이젠 환자들이 선택하여 병원을 찾는 시대가 왔지요. 다만 피부는 한 번으로 해결되기 보다는 지속적인 관리가 필요하기 때문에 내 피부를 가장 잘 아는 피부주치의가 중요합니다.” 디지털 시대라고 해도 개인차가 있는 피부 고민을 해소하는 데는 사람의 손이 필요하다. AI 대체 불가 분야에 피부과가 포함되는 이유는 과학기술의 발달로 다양하게 효율을 높일 수 있지만 개인 맞춤 치료의 섬세함과 정교함은 AI의 딥러닝으로도 불가하기 때문이다. 이런 이유에서 자신만의 피부 주치의는 꼭 필요하다.

전천후 피부 전문가, 미래의 우리 피부는

이미 경험한 팬더믹으로 마스크 일상화가 가져온 피부 문제는 향후 그 이상의 빌런 출현도 짐작할 수 있다. 다만 미리 예측할 수 없기 때문에 지금 중요한 것은 우리가 할 수 있는 것을 하는 것이다. “피부 건강을 지속적으로 유지하기 위한 지침 중 기본으로 강조하는 바는 피부 문제 발생시 일단 아무것도 하지 말라는 것입니다. 상처가 났다면 기본 처치는 하되 그것을 일부러 가리거나 씻어 내는 등의 행위는 하지 않습니다. 그런데 피부에 문제가 생기면 무심결에 메이크업으로 가리고, 그것을 클렌징하는 과정에서 자극을 주는 행동을 반복적으로 합니다. 피부입장에서는 상처인데 말이죠. 보살피고, 상처받은 피부를 아끼되 피부 전문가를 찾아 문제를 해결해야 합니다.” 과유불급. 피부과학의 발전으로 다양한 피부 개선 솔루션들이 많아졌다는 건 좋은 일이지만 대체로 피부를 위한다는 행동이 오히려 해악이 될 수 있다고 강조했다.

> “ 해피엔딩, 숙명 그리고 미래의 우리 피부에 대한 이야기를 풀어내면서 전지적 피부 시점을 따라가고 있다는 점을 알 수 있었다. 그리고 그 시점은 현재진행형으로 유지되고 있다는 것도 말이다. 안주하지 않고, 시대의 변화에 따라 변주하되 그 중심엔 환자들의 피부 안녕이 그들의 삶에 행복을 주리라는 확신이 묻어난다. 피부 입장에서 생각하기! 계속 맴도는 하모니다.



차앤박피부과 SNS 채널 따라잡기

차앤박피부과 SNS 채널별 베스트 콘텐츠들을 만나 보는 시간입니다.
차앤박피부과 공식 SNS 채널을 소개하고 이용자들에게 사랑받았던 콘텐츠를 지상 중계합니다



공식 블로그

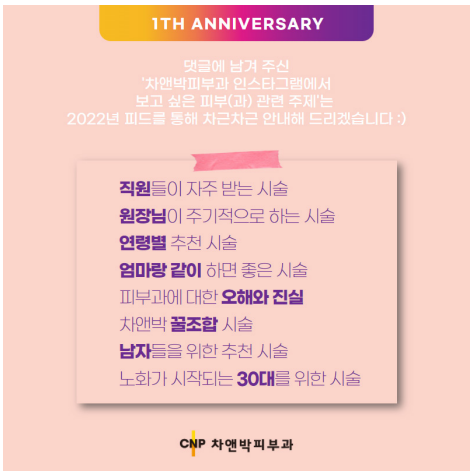


오미크론 변이 우세화로 인한 달라지는 것들 4가지 PCR, 격리 기준, 예방접종, 개인방역수칙

수시로 바뀌는 방역대책으로 너무 정신이 없는데요. 지난 1월 28일 오미크론이라는 코로나19 변이 출현은 공포 그 이상이었습니다. 언제라도 진행할 수 있었던 PCR 검사 역시 요건이 생기고, 격리 기준 및 예방접종 그리고 개인방역수칙까지 다시 한번 짚고 넘어가야 하는 상황들을 안내한 포스팅으로 사랑받았습니다.

해당 포스팅 바로가기

공식 인스타그램



#직원들이 자주 받는 시술 #연령별추천시술 #차앤박꿀조합

차앤박피부과 공식 인스타그램에서는 이벤트를 진행하고 있습니다. 특히 지난 1월, 1주년을 맞아 차앤박피부과 인스타그램에서 만나고 싶은 피부(과)관련 주제에 대한 댓글 이벤트가 있었는데요. 많은 분들이 다양한 제안을 해주셔서 기획자의 고민을 덜어 주었다고 합니다. 2022년 피드를 통해 차근차근 안내해 드릴 텐데요. **피부과 직원들이 자주 받는 시술, 원장님들이 주기적으로 하는 시술** 등 앞으로 다뤄질 주제들에 대한 많은 관심 부탁드립니다.

결과 확인하러 가기

공식 유튜브



건대입구 차앤박피부과 김세연 피부과 전문의의 아름다운 입술을 갖기 위한 입술 관리법입니다.

촉촉하고 볼륨있는 입술은 동안의 지표입니다. 입술 볼륨이 줄어들면 인중이 길어지고 입술이 얇아지게 되는데요.입술 색깔도 탁해지면서 나이가 들어 보이게 됩니다. 젊어 보이는 동안 페이스의 완성을 위한 아름다운 입술 관리 방법과 시술 정보입니다. 무엇보다 원장님의 홈케어 피부 팁과 입꼬리 피부염에 대한 알아두면 유용한 의료 정보까지 탑재 완료.

대상포진 톺아보기 대상포진 어떻게 치료해야 할까? 피부과 의사가 알려주는 대상포진 치료법!



'칼로 찌르는 것 같다. 불에 타는 것 같다' 등의 극심한 통증을 호소합니다. 여기에 가렵다고 긁고 치료하지 않는다면 흉터가 남고 대상포진 후 신경통이라는 무서운 합병증이 나타날 수 있습니다. 반드시 체계적인 치료가 필요합니다! 수원 차앤박피부과 박세영 피부과 전문의가 알려주는 대상포진에 대한 궁금증. 하나하나 해결해 드리는데요. 지피지기면 백전백승 대상포진, 제대로 알고 대처하는 귀한 영상입니다.