통권 No.86 2024년 11/12월호

CNP 차앤박피부과



CNP CLINIC

안 면 홍 조 유 감

만성질환 주의보, 안면홍조 다시 보자!



CNP STORY

유튜브 플랫폼으로 피부의 정도를 담다

여의도 노도균 피부과 전문의(대표 원장)



CNP NEWS

차앤박피부과 News &

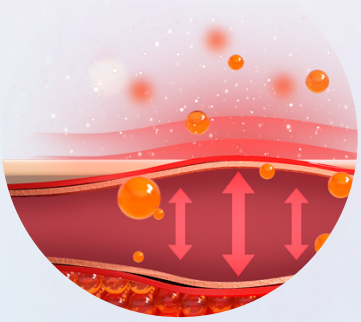
2025 트렌드키워드 10

안면홍조유감

만성질환 주의보, 안면홍조 다시 보자!

누구나 홍조를 경험한다. 붉어짐 자체는 마치 더울 때 땀이 나는 것처럼 생리적으로 나타나는 현상이며 병적인 것이 아니다. 다만, 여러 가지 원인에 의해 국소 부위의 모세혈관이 확장되면서 만성질환으로 발전하는 게 유감이다. 내 피부의 만성질환 주의보, 안면홍조를 다시 보자.





홍조는 왜 생길까.

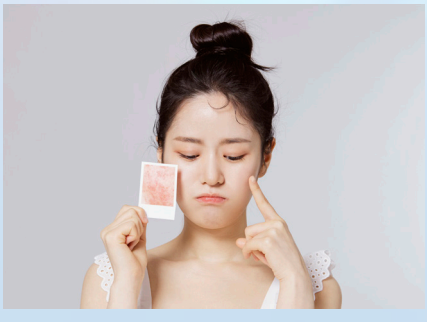
피부가 붉어지는 것은 피부밑 작은 혈관들의 수가 늘어 그 속으로 흐르는 혈액의 양이 많아지기 때문이다. 이러한 현상은 히스타민과 같이 혈관을 확장시키는 물질이 분비되거나, 피부밑 혈관의 확장과 수축을 조절하는 자율신경이 활성화되어 나타나는 것이다.

바로 얼굴 붉어짐, 안면홍조에 대한 이야기다. 홍조가 주로 뺨을 중심으로 얼굴에 나타나는 것은 이 부분의 혈관이 비교적 굵고 피부의 표면 가까이에 있기 때문이다.

언제 치료해야 할까.

보통 사소한 감정의 변화나 약간의 온도 차이에도 얼굴이 금세 달아오르면서 붉어지거나 이유 없이 항상 붉은 경우, 비정상적으로 확장된 모세 혈관들은 혈액순환과 피부 신진대사의 저하로 인해 느리게 수축된다. 한번 붉어진 얼굴은 한참을 기다려야 원래의 피부 색깔로 회복되는 이유다.

증상의 정도는 얼굴의 혈색을 결정하는 모세혈관 분포와 확장 정도, 피부 두께에 따라 개인차가 크다. 다만 붉어짐이 지속된다면 만성으로 이어져 관리가 더욱 까다롭기 때문에 최대한 빨리 전문가의 도움을 받도록 한다.



질환적 접근 : 안면홍조증과 주사(酒皶) 지피지기



안면홍조증은 얼굴의 모세혈관이 늘어나고 수축력이 약해진 상태이다. 초기에는 단지 홍조만 간헐적으로 나타나고 감정이나 온도자극에 의해 화끈거린다. 증세가 지속되면 홍반과 더불어 모세혈관확장 및 모낭의 염증성 구진과 고름, 물집이 얼굴 중심부에 나타나는 주사로 이어지기도 한다.

주사는 피부가 지속적으로 붉은 상태가 되는 혈관 확장성 주사, 혈관 주위에 염증이 생기면서 여드름과 유사한 모양의 발진이 나타나는 구진 농포성 주사로 나뉜다. 구진성 주사는 볼록 튀어나온 것이 여드름과 비슷해 보이지만 섣불리 여드름 치료를 했을 때 더욱 나빠질 수 있어 정확한 진단 및 치료를 받아야 한다.

홍조 해결사, 혈관레이저

주사나 홍조는 여러 굵기의 혈관들이 다양한 피부층에서 서로 연관되어 문제를 일으킨다. 따라서 혈관의 붉은색을 띠는 헤모글로빈에 선택적으로 작용하는 혈관 레이저로 치료한다. 홍조의 원인이 되는 모세혈관 굵기, 깊이, 붉은 정도가 다양하기 때문에 증상과 치료 반응에 따라 적합한 파장의 레이저를 선택해 치료하는 것이 좋다.

마취없이, 시술부위에 따라 15~20분 정도 진행한다. 3회 정도 치료 받아도 호전된 경우가 있으나 개개인에 따라 다를 수 있다는 점도 기억하자.

비타민 K를 이용한 연고 치료는 레이저 후 보조적 치료로써 시술의 효과를 높여 주기도 한다. 모세혈관 확장증 이외에 혈관의 문제로 발생되는 혈관종, 딸기코 등도 치료가 가능하다.

브이빔 레이저

FDA 승인을 받은 브이빔은 붉은 혈관 치료 및 여드름 흉터, 안면홍조 등의 개선이 가능한 혈관 레이저다. 혈관성 병변의 혈관 조직만을 선택적으로 제거해 주변 조직에 영향을 주지 않는다. 재발률을 낮추는 것은 물론 DCD(Dynamic Cooling Device: 다이내믹 쿨링 디바이스) 냉각 장치를 이용해 흉터가 남거나 물집이 생기는 부작용을 줄여준다.

콰드로 스타 프로 옐로 레이저

높은 정확도를 자랑하는 스캐너와 스킨 쿨링 시스템을 결합한 레이저 장비로 577㎚ 파장으로 헤모글로빈 흡수율을 높여 혈관 치료에 우수한 효과를 보인다. 혈관뿐 아니라 색소침착, 기미 제거에도 도움이 되어 '홍조 지우개', '색소 지우개'로 알려져 있으며 3-4주 간격으로 최소 3-5회 정도의 치료가 필요하다.

제네시스 레이저

755nm, 1064nm의 두 가지 파장의 제네시스 레이저는 여드름 홍반, 안면홍조, 만성 주사 피부염 등의 혈관 병변을 치료한다. 여기에 기미, 잡티, 주근깨 등의 색소 질환을 개선, 맑고 투명한 피부를 기대할 수 있다. 자체 쿨링 기능이 탑재되어 통증을 줄였고 마취 없이 진행한다. 시술 후 일상생활에 지장을 주지 않아 더욱 인기다.



안면홍조 예방을 위한 생활 속 5가지 습관

1. **뜨거운** 목욕이나 사우나를 장시간 하는 것, 또한 땀을 **많이** 흘리는 운동을 하는 것은 모세혈관을 확장시키는 지름길이므로 주의한다.
2. 외출 시 보습크림을 가볍게 바르고 마스크를 착용하여 찬바람으로부터 피부를 보호하는 것이 바람직하다.
3. 맵거나 뜨거운 음식, 커피, 술, 담배 등이 악화시킬 수 있기 때문에 피하는 게 좋다.
4. 붉은 기에 그치지 않고 간지럽거나 따갑다면 피부염으로까지 발전되는 것이기 때문에 손으로 긁거나 만지지 말고 피부과에 방문해서 치료받는다.
5. 약국에서 연고 처방을 임의로 받는 경우가 있는데 연고 오남용은 피부를 더욱 예민하게 할 수 있다. 전문의 처방을 통한 올바른 연고 사용이 중요하다.

유튜브 플랫폼으로 피부의 정도(正道)를 담다

여의도 노도균 피부과 전문의(대표 원장)



차앤박피부과 공식 유튜브, 그 시작의 의미

2021년 7월 1일, 차앤박피부과 공식 유튜브 채널이 출범했다. 디지털 시대에 발맞춰 다양한 플랫폼을 활용해온 차앤박피부과지만, 유튜브는 다소 늦게 시작한 게 사실이다.

“후킹 하는 요소들이 다양하고, 조회수만을 높이는 영상은 많습니다. 피부과 전문의로서의 전문성은 살리되 진료실에서 대화 나누듯 소소하게 풀어낸 스토리, 가장 차앤박스러운 콘텐츠로 승부하고 있습니다. 단순한 치료 정보가 아니라 환자들이 진짜 궁금해 하는 내용을 중심으로 다가가고 싶었습니다.”

처음부터 꾸준하게 영상 제작에 참여한 여의도 차앤박피부과 노도균 대표 원장의 설명이다.

가장 기본적인 것이 가장 대중적이다

노도균 대표 원장이 촬영한 영상 중 조회수 1위는 4만 (24년 10월 기준) 돌파를 앞둔 '여드름 케어 프로그램'이다. 해당 영상 기획 당시 환자들이 관심 가지는 부분은 어떤 것일지 생각해 보았다. 모름지기 '가장 기본적인 것이 가장 대중적일 수 있다'는 생각에 촬영한 영상이라고. "여드름 치료는 피부과에선 일상이지만, 환자에게는 익숙하지 않은 상황이잖아요. 처음 치료를 받는 경우엔 더더욱 궁금할 수 있습니다. 내가 어떤 치료를 받는지 막연한데 치료 받으면서 물어보는 것도 한계가 있지요. 그래서 영상으로 보여드리면 좋겠다 생각했습니다." 우리가 보여주고 싶은 것보다는 환자의 입장에서 생각해 보는 것. 무엇보다 차앤박피부과 유튜브가 나아갈 방향을 발견한 계기가 되었다.

MZ세대 소통 : 몰입의 가치로 신뢰 완성

유튜브는 MZ세대의 소통 방식에 맞춰 빠르게 변해가지만, 우리는 차앤박피부과스럽게 나아가고 있다. "피부과 전문의가 우리의 자산입니다. 검증되지 않은 트렌드에 영합하기보다는, 전문의들만의 경험과 노하우로 풀어내고자 합니다."

아보하! 아주 보통의 하루를 추구하는 MZ세대와의 소통방법으로 수년째 프라모델을 조립하면서 경험하는 '몰입'이 도움된다. "이제까지 1000개가 넘는 프라모델을 만들면서도 한번도 지루하다는 생각을 하지 않았어요. 이 몰입의 가치가 자연스럽게 환자에 대한 집중으로 이어지고 그 속에 '신뢰'가 쌓이는 것 같습니다." 안온한 삶을 추구하는 MZ세대와의 노도균 대표 원장만의 소통법이다. 유튜브를 잘 보고 있다고 반응해 줄때 더욱 사명감을 가지고 임하게 된다.

그라데이션K, 차앤박피부과가 선도한다

단군이래 단일민족을 강조해 오던 우리나라의 외국인 비중이 5%를 넘어서고 있고 이제는 다문화가정을 어렵지 않게 만날 수 있다. 이에 한국 내 거주하는 외국인 또는 외국인 환자들에게 정보를 제공하기 위한 방안으로 영문 서비스를 강화할 예정이다. K 메디컬 피부미용 분야에서 친절하게 정보를 제공하기 위한 빌드업이다. "빠르게



변화하는 시대에 우리만의 정도(正道)를 지키며 의료 서비스를 제공하는 것이 목표입니다. 앞으로도 다양한 콘텐츠를 통해 많은 사람들과 소통할 수 있도록 노력하겠습니다" 유튜브 채널을 통한 소통이 단지 홍보를 넘어, 환자들과의 신뢰를 쌓는 중요한 도구가 될 것임을 강조했다.

소통의 플랫폼은 진화하고 있다. 지금은 유튜버로서 환자와 소통하고 있지만 앞으로는 또 다른 방식으로 진행될 수 있다. 그러나 무엇보다 중요한 것은 환자의 피부 건강과 주치의로서의 신뢰임을 알고 있다. 그리고 차앤박피부과가 지향하는 소통 방식이기도 하다. 차앤박피부과스러움, 플렉스 그 잡채이다.

인기 유튜브 영상



텐써마 vs 인모드 vs 슈링크 vs 버츄RF 리프팅! 이 중에서 가장 안 아픈 리프팅은?



60대 이상 분들에게는 "필러 VS 스킨 부스터" 어느 쪽이 더 좋을까요?



여의도리프팅 시술도 짝꿍이 있다? 피부과 전문의가 알려주는 추천하는 피부 시술 조합은?!

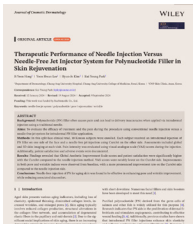
차앤박피부과 News & 2025 트렌드키워드 10

차앤박지기입니다. 2024년을 마무리하고, 2025년을 준비하는 시기입니다. 차앤박피부과 하반기 학회 활동 소식과 2025 트렌드 키워드 10가지를 전해드립니다.

TREND KEYWORD

10월

김현조 대표 원장, "큐어젯"을 활용한 피부 재생 치료에 관한 내용이 SCI 논문 게재 소식



바늘 없는 주사기인 "큐어젯" 을 활용한 피부 재생 치료에 관한 내용이 SCI 논문인 Journal of Cosmetic Dermatology에 게재되었습니다. 폴리뉴클레오타이드(PN) 필러 주입 시 발생하는 통증의 문제를 해소하는 방안으로 바늘 없는 제트 시스템 (큐어젯)을 사용, 임상을 통해 치료의 효능과 절차 중의 통증 완화 정도를 도출한 논문입니다.

"세포노화의 관점에서 바라본 색소 병변 치료와 EBD를 이용한 리프팅 시술" 강의



10/6(일) 서울성모병원 옴니버스 파크 플랜티 컨벤션에서 진행된 제29회 대한성형외과의사회 추계 연수강좌(대한개원의협의회 주최)에서 기미를 포함한 난치성 색소 병변 치료와 리프팅, 얼굴 탄력 개선에 대한 강의가 진행되었습니다.

08월

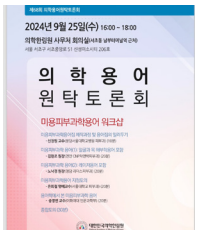
대한피부항노화학회 하계학술대회, Mid-face(중안면) Rejuvenation 등 임상 해부학에 기초한 강의



8/18(일), 대한피부항노화학회 하계학술대회에서 김현조 대표 원장은 임상 해부학에 기초한 Mid-face(중안면) Rejuvenation 강의를 비롯, 꼭 알아야 할 해부학 과정(A Must-know Anatomy Course)을 통해 '필러, 보툴리눔 톡신, 리프팅 이해도를 높이는 4K 동영상 임상 해부학"에 대한 노하우를 전수했습니다.

09월

대한민국의학한림원, 제 68회 의학용어 원탁토론회 미용피부과학용어 워크샵



9/25(수), 의학용어 원탁토론회는 전문용어라도 전문가 사이에 의견이 달라 표준화가 되지 못하고 있는 의학 관련 전문용어를 선별, 각계 전문가들의 심층 토론을 거쳐 표준화할 수 있는 방안을 마련하고 있습니다. 이번 워크샵에서 천안아산역 김현조 대표 원장은 '얼굴과 목 해부학 용어'을 포함한 미용피부 과학 용어에 대해 발제하고 토론을 진행했습니다.

부산울산경남 피부과 의사회 학술대회, '외래에서 흔히 만나는 톡신, 필러 부작용과 대처법' 강의



9/29(일) 부작용 사고 수습 본부 Session 진행된 강의로 필러와 보톡스 시술 시 주의할 점과 부작용 치료에 대한 내용으로 강의했습니다. 부작용을 미연에 방지하기 위한 방안으로 진료 현장에서 만나는 다양한 사례를 통해 필러와 보톡스 시술 시의 주의사항을 강조해 호평을 받았습니다.

2025 트렌드 코리아 키워드 10

출처 : 2025트렌드코리아 김난도 저

① 옴니보어
② 아보하
③ 토핑경제
④ 페이스테크
⑤ 무해력
⑥ 그라데이션K
⑦ 물성매력
⑧ 기후감수성
⑨ 공진화전략
⑩ 원포인트업

TREND 01

옴니보어 (Omnivore)

- 나이, 소득, 성별, 모든 경계를 허무는 잡식성 소비가 뜬다! 고정관념을 버려라!

다양한 취향을 가진 사람이라는 뜻으로, 소비의 전형성이 무너진 사회 현상을 뜻해요. 옴니보어는 원래 '잡식성'이라는 의미이지만, 파생적으로 '여러 분야에 관심을 갖는다'는 뜻도 가지고 있습니다. 소비의 경계가 사라지고, 사람들은 나이, 성별, 소득과 상관없이 다양한 취향을 탐구하며 개성을 표현하고 있습니다. 이제는 마케팅 타깃을 생각할 때 단순히 인구통계학적으로 나누는 고정관념 대신, '상상과 관찰'이 더욱 중요해졌습니다.

TREND 02

아보하 (Aboha: 아주 보통의 하루)

- 좋은 일도, 나쁜 일도 없는 '아주 보통의 하루' 그게 좋은 거야!

특별히 좋은 일이 없어도, 행복한 일이 찾아오지 않아도, 안온한 일상에 만족하는 사람들이 늘고 있습니다. 특별한 일 없이 평범한 하루를 감사하게 생각하는 태도입니다. 대한민국 행복 담론의 새로운 패러다임이 열리고 있습니다.

TREND 03

토핑경제 (Topping Economy)

- 꾸미고 꾸미고 또 꾸민다

피자에 토핑을 올리듯, 상품에 자신만의 창의적인 요소를 더해 세상에 하나뿐인 나만의 물건을 만드는 시대입니다. 소비자들이 직접 상품을 완성하는 경험이 중요해지고 있습니다. 귀여운 키링을 가방에 다는 '가꾸(가방 꾸미기)', '폰꾸(폰 꾸미기)', '신꾸(신발 꾸미기)', '지비츠로 꾸미는 나만의 크록스' 처럼요!

TREND 04

페이스테크 (Face Tech)

- 기술, 얼굴을 갖추다

무생물인 기계에 표정을 입히고, 사람의 얼굴과 표정을 정확하게 읽어내며, 사용자마다 각자의 얼굴을 만들어주는 '페이스테크'가 뜹니다. 기술이 사람의 얼굴과 표정을 읽고, 감정을 파악해 더 인간적인 소통을 가능하게 만들죠. 기계와 기술이 점점 더 사람처럼 다가오는 시대입니다.

TREND 05

무해력 (Power of Harmlessness)

- 작고 귀엽고 연약한 존재가 갖는 어마어마한 힘

작고 귀여우며 해롭지 않은 존재들이 사람들의 마음을 사로잡고 있습니다. 자극이나 스트레스를 피하고, 무해한 것들이 주는 힘에 주목하는 흐름입니다. 사방이 나를 공격해오는 것만 같은 험한 세상, 작고 귀엽고 연약한 존재는 그 자체로 힘을 갖게 되었어요. 무해하기 때문에 가지는 힘, 즉 '무해력'입니다.

TREND 06

그라데이션K (Gradation K)

- 한국은 이제 다문화국가

다문화 사회로 빠르게 변모하는 한국에서는 '한국다움'의 경계가 모호해지고 있습니다. 전통과 글로벌 문화가 혼합되어 새로운 K-컬처가 만들어지고 있습니다.

TREND 07

물성매력 (Physicality Appeal)

- 사람들은 보고 만지기를 원한다

디지털이 발전할수록 사람들은 오히려 실질적으로 만질 수 있고, 느낄 수 있는 물성에 매력을 느낍니다. 눈에 보이고, 손으로 느껴지는 경험이 더 중요해지고 있습니다. 브랜드들의 팝업 스토어, 캐릭터, 굿즈 등에 대한 수요가 많아진 것도 연결지어 볼 수 있겠습니다.

TREND 08

기후감수성 (Climate Sensibility)

- 80억 인구에게 떨어진 조별과제

역대급 무더위가 삼켜버린 2024 대한민국. 기후 변화는 이제 더 이상 먼 미래의 이야기가 아니라 우리 삶에 직접적인 영향을 미치고 있습니다. 기후 문제에 민감하게 반응하고 행동하는 것이 필수가 되었어요.

TREND 09

공진화전략 (Co-evolution Strategy)

- 적과 나를 구분하지 않는 상생의 진화 전략

서로 다른 산업과 기업들이 협력하며 함께 발전하는 시대입니다. 삼성전자와 현대자동차가 협력하고, 애플은 오픈AI와 손을 잡았어요. 적과 나를 구분하지 않는 상생의 진화 전략. 경쟁보다는 상생을 통한 공동 성장을 도모하는 공진화 전략이 주목받고 있습니다.

TREND 10

원포인트업 (One-Point Up)

- 산을 올리고 싶으면 호미질을 시작해라.

나다움을 잃지 않는 자기계발의 새로운 패러다임. 새벽 5시에 일어나는 미라클 모닝, 타이트한 자기계발 루틴 대신 소소한 목표를 이루며 지속적으로 자기계발을 해나가는 새로운 방식이 자리잡고 있습니다. 거창한 목표보다는 한 가지씩 나아가는 원포인트업! '1퍼센트의 변화면 충분하다. 지금 나만의 value up을 시작하자!'라는 메시지를 전달하고 있어요.