통권 No.88 2025년 03/04월호

CNP 차앤박피부과

봄바람 살랑살랑 봄이오는소리





CNP CLINIC

봄이 오고 피지가 피어나다!
이제 실전! 여드름 방어 대작전



CNP STORY

10년의 열정, 소중한 자산이 되다
건대입구 차앤박피부과 임예원 팀장



CNP NEWS

조회수 급증 유튜브 영상 Best3
차앤박피부과 학회 활동- 천안아산역점

봄이 오고 피지가 피어나다!

이제 실전! 여드름 방어 대작전

새 학기로 바빠지는 시즌이지만 긴장감을 늦추지 말아야 할 여.드.름.

봄꽃 개화 소식만 기다렸는데 피지도 피어나고 있다. 이로 인해 여드름이 생기거나 악화되는데
외부의 건조한 환경과 꽃가루를 동반한 미세먼지도 피부를 괴롭힌다.
게다가 겨울 동안의 피부는 자외선에 대한 저항력이
약화된 상태로 자외선에도 민감하게 반응해 사면초가다.



여드름 홈케어, 이것만은 꼭 지키자.
무심코 하는 행동이 습관이 될 수 있다. 여드름 방어에 백해무익인 습관을 바로 잡고 피부 건강을 챙기는 방법이다.



무심코 짜는 습관이다. 자의든 타의든 뾰루지나 트러블이 발생했을 때 손을 갖다 대는 경우가 있다. 무수한 세균이 상주하고 있는 손으로 얼굴을 만지거나 여드름을 짜낸다면 여드름의 염증이 더 악화되고, 2차 감염을 유발해 여드름 자국이나 흉터를 남길 수 있다.

세안 역시 중요하다. 화장하는 연령대가 낮아짐에 따라 피부 건강을 지키는 기본 방법이다. 아침, 저녁으로 순한 중성이나 약산성 세안제를 충분히 거품 내어 부드럽게 세안한다. 피지 분비가 많아 번들거리는 T존과 여드름이 나기 쉬운 턱 부위는 딥 클렌징을 하도록 한다. 블랙헤드가 있는 경우 그 부분을 부드럽게 세안하고 팩을 이용하여 피지가 쌓이지 않도록 한다.

보습제를 생략하는 경우가 있다. 세안은 잘하는데 번들거린다거나 트러블에 좋지 않다는 생각 때문에 하는 행동이다. 청소년기 특히 남학생들의 행동인데 보습이 충분해야 피부 회복도 빠르다는 점을 기억하자.

다이어트를 무리하게 한다. 균형 잡힌 생활습관과 골고루 영양분을 섭취하는 것이 장기적으로 신체나 피부 모두에 도움이 된다.



메디컬 스킨케어, 여드름 방어의 최전선.



여드름이 어느 날 갑자기 나는 경우는 거의 없다. 자신도 모르는 사이 생겨난 여드름이 어느 순간 신경 쓰이기 시작할 때 인지하는 게 대부분이다.

다만, 모낭염 등과 같은 피부질환은 여드름과 증상이 비슷해 손으로 짜거나 연고 오남용 등으로 악화될 수 있다. 자가 치료보다는 전문의를 찾아 피부질환에 대한 정확한 진단과 치료가 우선시 되어야 한다.

◀ 학부모라면 꼭 봐야 할 사춘기 여드름 치료

◀ 지긋지긋한 여드름 고민 8주 만에 해결 방법

차앤박피부과 대표적인 여드름 케어



기본 여드름 케어
압출+라이트 필링

병변 부위에 적절한 압력으로 염증을 제거하는 CNP 압출 치료는 손상된 피부의 재생을 돕고 빠른 치료 효과를 기대할 수 있다. 각질과 피지를 살짝 녹여내는 얕은 화학 박피의 일종인 라이트 필링은 트러블 발생 빈도를 줄이는 데 도움이 된다.

염증성 여드름 후 얼굴의 붉은 기가 심해 피부 진정이 필요한 경우 '쿨젠 여드름 치료'는 붉은색 자국이 남지 않도록 돕는다. **여드름 상태에 따라 맞춤 치료를 진행한다.**



빠른 여드름 치료
스피큘링-A

짧은 시간 안에 빠른 효과를 기대할 수 있는 여드름 특화 프로그램이다. 길고 가는 모양의 천연 스피큘이 피부의 진피층 상부까지 침투하여 천연 활성 물질이 피부 속에서 72시간 동안 지속적으로 활동한다. 이 과정에서 항염, 피지 조절, 진정 작용을 하는데 여드름의 원인을 제거하고 72시간 후에는 각질과 함께 자연스럽게 떨어져 나온다.

기본 여드름 치료나 스케일링으로도 해결되지 않을 때 빠른 시일 내에 여드름과 피부 톤 개선이 필요한 경우 추천할 만하다. **면포 단계의 초기 여드름(좁쌀 여드름)에도 개선 효과가 있어 10대뿐 아니라 20대 직장인들에게도 인기다.**



반복, 재발되는 여드름 치료
골드PTT

골드(GOLD) 미세 입자를 모공 속으로 침투시킨 후 800 ~ 1200 nm의 레이저를 통해 골드 입자를 활성화한다. 세포 사멸 및 괴사를 유도, 피지선을 억제해 피지 분비를 줄이고 모공 속의 여드름 균을 사멸하는 치료 방법이다.

골드(GOLD) 미세 입자가 피지샘으로만 침투되어 자외선으로부터 안전할 뿐만 아니라 치료 후 붉어지는 현상이 완화되어 **일상생활에 불편함이 없다는 점에서 환자들의 계절에 관계없이 치료를 받을 수 있다. 레이저 조사를 통한 피부 진피층의 온도를 높이는 작용 기전으로 치료 후 모공이나 잔주름, 탄력 개선 등의 효과도 기대할 수 있다.**

◀ 먹는 약부터 바르는 약까지! 여드름 약물치료 A부터 Z까지!

◀ "골드 PTT"로 여드름 맘고생 끝! 시술 과정까지

10년의 열정, 차앤박피부과의 소중한 자산이 되다

건대입구 차앤박피부과
십년지기 임예원 팀장



1만 시간의 법칙을 넘어 한 직장에서 10년 넘게 근무해 온 십년지기, 그 수식어의 무게를 짐작할 수 있어 사뭇 진지해진다. 다른 한편으로는 재야의 고수를 영접하러 가는 기대감도 생기는 게 사실이다.
장기 근속자를 만나러 가는 길은 언제나 즐겁다. 오늘의 주인공, 건대입구 차앤박피부과 십년지기 임예원 팀장을 소개한다.

피부 관리하는 임예원 팀장입니다.

담백하게 자신을 소개하면서 섭외 전까지 '10년 차'인지 몰랐다며 미소 지었다. "10년 전 대학교수님의 추천으로 면접을 볼 때 그저 서울에서 일하고 싶다는 마음이 컸어요. 왕복 3시간의 출퇴근에 대한 걱정도 있었지만 '저는 할 수 있다'고 답했습니다." 당시 패기 넘치는 초년생은 시간이 지나 오늘은 십년지기로 인터뷰하고 있으니 만감이 교차한다. 학창 시절 갑자기 나빠진 피부 문제를 해결하기 위해 고군분투하던 중 관심이 생겨 대학에 입학하기 전에 이미 관련 자격증을 취득했다. 시작부터 달랐던 그녀는 대학 입학 후 국내외 대회에 참가해 수상하며 본인이 나아가야 할 방향을 잡을 수 있었다. 피부과에 취직하면서 그 전문성을 이어가게 된 것이다.

패기의 그녀, 좌충우돌 성장기

다만, 현실은 녹록치 않았다. 자격증 취득과 학교에서 배운 이론은 현장 실무에 도움이 되었지만 사회 초년생이 경험해야 할 성장통을 피해갈 수는 없었다고.

"관리 후 환자 컴플레인이 들어오는 경우가 있었는데 한동안은 상처를 많이 받았어요. 최선을 다했던 만큼 속상함이 컸습니다. 누구에게나 처음이 있듯 좌충우돌했던 시기였어요." 환자와의 라포 형성에 있어 어려움이 있던 시절이었다. 슬기롭게 환자들을 대하는 관리자나 원장님의 모습을 보면서 '상황은 항상 다른데 환자의 입장보다는 자신에게만 초점이 맞춰져 있다는 것'을 알게 됐다. 이 과정을 거치며 패기를 넘어선 관록, 그리고 유연함을 덧칠할 수 있었다.

유연한 프로 소통러, 함께 성장하다

만년 막내일 것 같은 세월을 뒤로 하고 현재는 관리 팀장으로서 관리자와 MZ세대 직원의 가교역할을 하는 중간관리자가 되었다. 관리자와 소통하고, 직원 앞에서는 솔선수범해야 하는 자리다.





"현재 팀장으로서 가장 중요하게 생각하는 것은 직원들과의 소통이에요. 저 역시도 MZ세대지만 10년 전 제가 좌충우돌했던 시기를 생각하며 다가가고 있습니다. 스마트한 그녀들이 알아서 잘하겠지만 명확한 가이드라인과 함께 책임을 부여하고, 기다려주는 3단계를 거칩니다." 유연함을 장착하니 프로 소통러가 되었다. 선배들에게 배운대로 솔선수범하되 후배들이 성장하고 발전하는 모습을 응원하고 있다.

피부 궁금증은 그녀를 춤추게 한다

화수분 같은 그녀의 호기심이 발동하는 순간은 환자들의 궁금증에서 시작된다. 관리 중 환자가 무심코 던지는 질문을 허투루 넘기지 않고 몸소 찾아보고, 필요할 경우엔 직접 경험하는 걸 마다하지 않는다고.

"세상의 모든 피부과 프로그램을 경험할 수는 없지만 필요한 경우 시술을 받아보고 그 경험을 살려 안내하고 있어요. 학창시절부터 쌓인 경험치가 환자들의 궁금증 해결은 물론 신뢰를 주는데는 큰 도움이 되는 것 같습니다."

나아가 청소년기부터 병원에 다녔던 10년 차 환자의 피부 고민이 안티에이징으로 바뀌는 과정을 보며 십년지기의 무게를 실감한다. 그녀의 피부 궁금증이 멈춰서는 안되는 이유이기도 하다.

차앤박은 '성장판'이다.

"지난 10년 동안 이곳에서 많은 걸 배우고 성장했어요. 여전히 성장통을 겪고 있지만, 앞으로도 계속 성장해야 하는 공간이죠." 차앤박피부과 브랜드 안에서 성장판을 더욱 확장해 가고 있다는 그녀다. 우리들의 피부지킴이면서 차앤박피부과의 소중한 자산임을 재확인하는 순간이다.

새삼 차앤박피부과와의 동행을 선택한 10년 전 임예원! 그녀에게 고맙다.

차앤박 NEWS

REC

햇살이 따사로운 봄시즌에 맞춰 준비한 소식입니다. 공식 유튜브에 CNP 엘레멘트 미백 부스터 셀프 시술 과정 영상이 화제입니다. 해당 영상 소개와 함께 최근 조회수 급증 시술 정보 3가지입니다. 아울러 차앤박피부과 학회 활동 소식도 담았습니다.



미백에 올인한 스킨 부스터로 차앤박피부과의 화이트닝 임상 노하우가 더해져 화제를 모은 CNP 엘레멘트 미백 부스터. 봄의 찬란한 햇살처럼 광채피부를 희망하는 분들에게 더욱 주목받고 있습니다. 건대입구 차앤박피부과 김세연 피부과 전문의가 셀프 시술 과정을 영상으로 담았는데요. 이 영상 조회수가 15만 회를 돌파했습니다. 아직 시청하지 않았다면 QR코드에서 확인해 주세요. 버츄 RF와 연계, 시술 후 반응까지 확인할 수 있습니다.

조회수 급증!

차앤박피부과 시술 정보 3가지

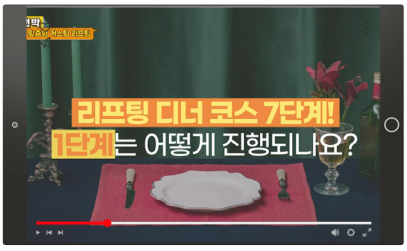


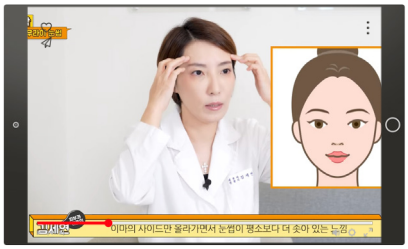
일산 차앤박피부과, 아프지 않은 리쥬란 비법

통증저감 N20 마취기기 에어녹스와 함께 아프지 않은 "리쥬란" 시술 과정을 담은 영상입니다. 에어녹스와 함께 아프지 않은 리쥬란 비법, 그 생생 과정을 공개합니다.

압구정 차앤박피부과, 리프팅에 진심 영상! 믿고 보세요.

리프팅! 리프팅! 리프팅! 지금 이 글을 읽고 있는 분들도 리프팅에 익숙할 텐데요. 리프팅 시술을 어떻게 받아야 효과를 높일 수 있는지에 대해 일곱 단계 원데이 올인원 리프팅을 소개합니다.





건대입구 차앤박피부과 지피지기 보톡스 후 부작용일까?!

보톡스 부작용! 이런 일을 없어야겠지만 보톡스 후 생겼다는 비대칭, 입꼬리 처짐, 간지러움 등 알수 없는 공포감이 밀려옵니다. 어디에서도 알려주지 않는 보톡스 후 반응! 지금 확인해 보세요.

차앤박피부과 학회 활동

천안아산역점 김현조 피부과 전문의 (대표원장)

1/19 대한피부항노화학회 동계학술대회, 임상해부학/상안검거상술/난치성 색소 치료 강의



대한피부항노화학회 동계학술대회에서 필러, 보톡스, 실리프팅을 위한 임상해부학 강의와, 페이스페인팅 모델을 대상으로 한 해부학 강의, 난치성 색소 병변 치료 및 니들고주파를 이용한 상안검거상술에 대해 진행했습니다. 대한피부항노화학회는 매 학술대회마다 항노화 시술에서 해부학적 지식을 알려주는 4K 동영상 강연은 선보이고 있는데요.

4K Anatomy

'필러, 보툴리눔독소, 리프팅의 이해도를 높이는 4k 동영상 임상 해부학' 강연은 4K 동영상 강의로 진행되었습니다. 김현조 대표원장은 다른 3명의 전문가들과 함께 대화를 나누듯 서로의 임상 경험과 노하우를 공유하고, 시술 시 주의사항 등 실제 현장에서 적용할 수 있는 사항들을 짚어보는 시간을 가졌습니다.

눈이 번쩍! Periorbital rejuvenation의 신세계

다음 주제로 최근 주목받고 있는 눈 주변부 리프팅 관련 노하우로 '연자도 즐겨 시술받는 P-MNRF를 이용한 Eyelid Lifting' 주제로 강의, 믿고 받는 Periorbital rejuvenation의 신뢰도를 높였다는 후문입니다.

복합치료 : 우리 병원 올인원 프로그램 소개합니다

'Laser toning, P-MNRF, PDLLA, Topical Retinoid(국소레티노이드)의 병합요법으로 접근하는 안면부와 체간부 색소 병변 치료' 주제에서 지난 20여 년간 임상경험을 쌓으며 정립한 병합요법을 소개했습니다. 또 다양한 임상사례를 통해 바늘 없는 주사기(니들프리 인젝터)를 이용한 흉터·튼살 치료를 살펴보는 시간이었습니다.









2/8-9 갈더마코리아 주최 'SKIN Korea' 심포지엄, 홍조/여드름 난치성 색소 병변 치료 강의



국내 피부과 전문의 대상으로 여드름, 홍조 질환을 진단하고 치료 노하우를 공유하는 심포지엄에 김현조 대표원장은 아크리프크림 성분인 트리파로텐의 과색소 침착 개선과 광노화 예방 및 치료에 미치는 효과에 관한 최신 임상 결과를 발표했습니다.

'안면부, 체간부 색소 병변에 자극감 걱정 없이 사용할 수 있는 슬기로운 아크리프 사용법' 강의를 통해 국소레티노이드를 활용한 여드름과 기미, 커피밀크반점 등의 난치성 색소 병변 치료에 대한 임상 노하우를 여과 없이 소개한 것인데요. 나아가 치료는 물론 장기적으로 피부 장벽 회복을 통해 항노화 효과도 기대할 수 있다는 점을 강조했습니다.







