2026년이 가기 전, 내 피부에 남은 숙제는?

20대 60대까지, 연령대별 피부 고민과 관리법

한 해를 돌아보며 건강을 점검하듯 피부에도 결산이 필요한 시기다. 올해도 반복된 여드름, 조금씩 짙어진 잡티, 넓어진 모공, 무너진 페이스 라인까지. 피부 상태는 타고난 특성뿐 아니라 자외선, 생활 습관, 호르몬 변화 등 다양한 요인의 영향을 받는다. 한 해를 마무리하기 전, 연령대별로 미뤄두었던 피부 숙제를 점검해 보자.





여드름은 미루지 말자, 자국과 흉터까지

20대는 피부 재생력과 탄력이 비교적 좋은 시기지만 왕성한 피지 분비와 호르몬 변화로 여드름이 반복되기 쉽다. 특히 염증성 여드름을 방치하거나 무리하게 압출하면 붉은 자국과 색소침착, 패인 흉터가 남을 수 있다. **여드름이 진행 중이라면 염증을 먼저 조절하고 이후 자국과 흉터의 종류에 따라 단계적으로 치료** 해야 한다. 특히 진피층까지 움푹 패인 형태의 여드름 흉터는 시간이 지나도 자연 회복에 한계가 있다. 따라서 흉터의 깊이와 상태를 정확히 진단하고 조기에 적절한 치료를 시작하는 것이 중요하다.

추천 시술 **여드름 집중 치료 프로그램**

피부 상태에 따라 압출, 약물치료, 염증 관리 등을 병행하는 맞춤형 치료.



색소는 초기에 관리하자, 얼리 안티에이징의 시작

30대부터는 누적된 자외선 손상이 기미와 잡티로 나타나고 눈가 잔주름, 피부 결 변화 등 초기 노화 신호가 눈에 띄기 시작한다. 특히 **색소는 겉보기에 비슷해도 발생 원인과 깊이가 달라 정확한 진단이 중요**하다. 자외선 차단과 보습을 기본으로 색소를 관리하고, 탄력 저하가 시작되는 부위를 함께 점검하는 것이 좋다. **본격적인 노화가 나타나기 전 얼리 안티에이징이 필요한 시기**다.

추천 시술 레이저 토닝/ 탄력 관리 시작

기미와 색소침착의 유형을 진단한 후 피부 상태에 맞춰 적용하는 색소 치료 및 탄력 관리

1:1 맞춤 피부관리, 스킨 부스터 활용으로 시너지 UP

40대에는 피부 속 수분과 탄력이 감소하면서 피부 결이 거칠어지고 잔주름이나 건조함이 두드러질 수 있다. 같은 연령대라도 피부 고민은 제각각이다. 어떤 사람은 건조함과 잔주름이, 또 다른 사람은 모공과 피부 결 변화가 더 큰 고민일 수 있다. 따라서 **획일적인 관리보다는 피부 상태를 정확히 진단하고 필요한 부분을 집중적으로 관리하는 1:1 맞춤으로 접근해야 한다.** 스킨 부스터는 성분과 주입 방식에 따라 피부 보습, 피부 결 등 서로 다른 고민에 접근할 수 있어 개인별 피부 상태를 고려한 선택이 필요하다.

추천 시술 스킨 부스터

피부의 수분, 피부 결, 잔주름 등 주요 고민과 제품별 특성을 고려해 선택하는 맞춤형 케어.





다시 보자, 내 피부의 색소! 모공부터 리프팅까지

50대에는 색소, 모공, 주름, 피부 처짐 등 여러 고민이 복합적으로 나타난다. 여성의 경우 폐경 전후 호르몬 변화가 피부 건조와 탄력 저하에 영향을 미치기도 한다. 기미와 잡티, 흑자 등은 발생 원인과 치료 방법이 다르므로 정확한 진단이 우선이다. 여기에 콜라겐 감소로 넓어 보이는 모공과 무너지는 페이스 라인까지 살펴야 한다. **한 가지 증상에만 집중하기보다 피부 전반의 변화를 살펴 색소 관리와 리프팅을 균형 있게 계획**하는 것이 좋다.

추천 시술 색소 레이저/ 고주파•초음파 리프팅

기미색소, 피부 탄력과 처짐의 정도를 정확한 진단에 따라 개선 치료.

노년기 피부 질환은 점검하고, 리프팅은 꾸준하게

60대에는 피부 본연의 기능이 떨어지면서 검버섯, 흑자 등의 색소가 늘어나고, 피부 탄력의 현저한 감소와 깊은 주름이 두드러진다. 특히 검버섯처럼 노년기 피부 질환은 구분한다. 피부가 얇고 건조해지기 쉬운 만큼 무리한 치료보다 피부장벽과 회복력을 을 위한 관리가 중요하다. 리프팅 역시 한 번의 시술로 해결하기 보다는 현재 피부 상태에 맞춰 장기적인 관점으로 꾸준하게 관리한다.

추천 시술 레이저 제거술

검버섯/ 흑자 등 색소 질환 진단에 따른 레이저 치료 및 리프팅 시술



나이가 들수록 자신의 피부 상태를 제대로 아는 것이 중요하다. 연령대별로 고민의 종류와 관리의 우선순위는 다르지만, 정확한 진단과 적절한 관리가 건강한 피부를 유지하는 데 도움이 된다.

2026년을 단단하게 마무리하기 위한 실천으로, 한 해 동안 미뤄두었던 피부 고민을 하나씩 점검하고 관리해 보는 것은 어떨까. 건강한 피부를 위한 준비가 새로운 한 해를 맞이하는 좋은 출발점이 될 수 있다.