

건강 칼럼

자신에 맞는 여드름 치료법 찾아야

여드름은 시간이 지나면 없어지지 않지만 염증형 여드름 이후에 생긴 여드름흉터와 여드름자국은 고민거리로 남는다. 치료시기를 놓쳐 생긴 여드름 흉터는 영구적으로 남아 제거가 쉽지 않다. 염증형 여드름이 생겼을 때에는 늦지 않게 피부과를 찾아 치료받는 것이 여드름 군에 의한 자국이나 흉터를 남기지 않는 방법이다. 그러나 이미 치료시기를 놓쳐 흉터가 생겼다면 여드름흉터 개선에 효과가 있는 각종 시술이나 레이저 등을 받는 것도 좋은 방법이 될 수 있다.

여드름 흉터는 수두 흉터 모양과 비슷한 직각으로 파인 네모 모양의 흉터(box scar), 완만하고 넓게 파인 둥근 접시 모양의 흉터(rolling scar), 깊이 파인 얼음송곳 모양의 흉터(ice pick scar), 튀어나온 흉터



정명화
대전연세의료원 원장

(hypertrophic scar) 등이 있다. 따라서 여드름 흉터 치료를 위한 시술은 여드름 흉터의 모양 크기, 깊이, 개인의 특성(기미, 홍조, 피부 톱, 피부 두께) 등에 따라 적합한 시술을 해야 한다.

여드름 흉터에 기본적으로 사용하는 프락셀 레이저는 피부 진피층에 자극을 줘 피부재생을 유도한다. 비정상적으로 변한 흉터 부위의 진피층 조직을 정상 섬유조직으로 복원

시키는 원리다. 여드름 흉터 치료는 한 가지 레이저를 이용한 반복 치료보다는 흉터의 모양에 맞게 여러 가지 방법으로 하는 것이 좋다. 특히 얼굴에 기미나 홍조가 있어 강한 치료를 하기 힘든 경우에는 포피는 손상을 거의 주지 않고 진피층 위주로 깊게 침투해 고주파를 내는 'needle RF' 계통의 레이저가 좋다. 동반된 여드름 붉은 자국에 대해서는 브이빔 레이저의 업그레

이드 버전인 브이빔퍼펙터를 이용해 치료하면 흉터와 자국을 동시에 치료할 수 있다.

여드름으로 인해 패인 부분이 넓고 광범위하다면 진피절개술을 깊이 별로 2~3겹 수평절개해 빠른 자극을 이끌거나 인체의 콜라겐 생산을 자극하는 스킨트라 등의 주사를 이용, 패인 곳을 회복시키는 방법 등이 있다.

또 얼음송곳 모양의 흉터(ice pick scar) 같은 경우 레이저가 침투하는 포피부분의 입구가 좁으므로 이런 경우 화학적으로 자극을 주는 CROSS 방법 등을 사용해 효과적으로 진피층을 자극할 수 있다.

개인의 생김새 만큼이나 여드름 흉터의 모양과 상태는 다양하다. 환자의 상태에 맞는 맞춤형 치료법으로 여드름 흉터에 대한 근본적인 해결방법을 모색해야 한다.

독자제언

노인 교통사고 예방에 관심을 갖자

우리나라의 평균 연령층이 높아지고 사회가 고령화 되어감에 따라 매년 노인 교통사고가 증가 하는 추세입니다. 전체 교통사고 사망자 중 40%가 어르신들의 교통사고로 고령자 교통사고가 늘고 있는데요.

노인의 연령이 증가함에 따라 시력, 청력, 인지능력 등 감각이 감퇴하게 되고 주변의 소리나 움직임에 반응이 늦거나 인지하지 못할 수도 있어 노인 교통사고의 위험은 늘 존재합니다.

노인 보행자의 경우 보행속도가 느리고 신체적 능력을 전동차나 지팡이, 유모차 등의 보행장구류에 의존하여 보행하는 경우가 많아 주변의 위험에 대한 반응속도나 대처능력 또한 급격히 느려져 교통사고의 위험에 매우 노출되어 있습니다.

노인교통사고의 경우 경미한 사고라도 심각한 부상으로 이어질 수 있는

보호반야야 할 교통약자이기 때문에 어린이보호구역처럼 노인을 위해 양로원, 경로당, 노인집중거주지역 등 노인의 통행이 많은 곳은 노인보호구역(실버존)을 설치하고 노인의 느린 걸음걸이를 감안한 횡단보도의 시간조정, 무단횡단을 막을 수 있는 방호울타리를 설치 등을 통해 노인의 안전한 통행을 보장하는 교통안전구역 설정하여 배려하여야 할 것입니다.

하지만 더 중요한 것은 노인을 대하는 운전자들의 안전의식과 마음가짐인데 노인을 공경하고 존중하는 품격 있는 안전의식을 통해 운전자 및 노인들에게 사고의 위험과 안전에 대한 교통법규, 교통상황 등의 주의와 이해가 필요하고 이는 노인교통사고를 줄이는 지름길이라 생각합니다.

박지현 원안경찰서 평화피해조사팀

전주매일

독자 여러분의 의견이 담긴
기고와 투고를 기다립니다.

(우)560-912 전북 전주시 완산구 서노송동 568-80 수주빌딩 4층

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

독자제언

음주운전은 동기 없는 살인행위

음주운전은 동기 없는 살인이라는 말이 있을 정도로 자신과 타인에게 매우 위험한 행위이고, 비극적인 사고가 일어날 가능성이 매우 높기 때문에 절대 해서는 안된 행위이다.

하지만 아직도 매년 25만건의 음주운전 적발 건수와 매년 2~3만건의 음주운전 교통사고, 매년 600여명의 사망자 수를 유지 하고 있다.

이에 따라 지난 4월 25일 음주운전 교통사고 사전 처리 기준을 대폭 강화한 음주운전 사법단속 및 처벌 강화 방안을 발표해 시행 중이다.

강화된 내용을 살펴보자면, 첫째, 음주운전 사고시 종전의 교통사고 처리 특례법보다 법정형이 무거운 위험운전치상죄를 적용할 방침이다.

상해는 10년이하의 징역 또는 500만원 이상 3천만원이하의 벌금으로, 사망은 1년 이상의 징역으로 처벌된다.

둘째, 기존 대형사망사고 발생시에만 차량을 몰수 했던 것이 재범우려가 크거나 사망사고를 일으킨 음주운전자에게 차량 몰수가 가능해지면서 5년이내 음주운전으로 5회 이상 적발시 음주운전으로 사망사고를 낸 경우에는 현장에서 즉시 차량을 몰수하는 것으로 변경되었다.

셋째, 음주운전 사실을 알면서도 차량이나 열쇠를 제공하거나, 방치하고 동승하거나, 음주운전을 예상하면서 술을 제공하는 사람 등에 대해서도

적극적인 형사처벌을 한다.

이렇듯 처벌기준을 강화하는 한편, 대검찰청은 사망교통사고를 낸 음주운전자의 경우 범죄의 경중에 따라 3년, 5년, 7년 이상의 징역을 세분화해 구형하고, 음주 상해사고 또한 전치 4주 이상의 무거운 피해가 발생하면 약식재판이 아닌 정식재판에 회부한다고 밝혔다.

이뿐만 아니라 음주운전을 근절시키기 위해 경찰은 아간에만 실시한 스콧이동식 음주단속을 단속장소를 수시로 변경하며 20~30분 단위로 짧게 하는 게릴라식 음주단속을 한다.

또한 숙취운전을 근절하기 위해 매 주마다 1차례씩 오전 5~7시에 단속하는 등 음주운전은 언제나 단속된다는 인식확산을 위해 가용경력을 모두 동원해 단속을 강화하고 있는 추세이다.

음주운전 처벌강화 방안이 시행됐음에도 지난 10일 인천에서 음주차량에 발혀 일가족 3명이 사망하였고, 아직도 수많은 음주운전 적발사건이 많다.

자신도 모르게 하는 습관성 행동인 만큼 술모임이 있는 날이면 처벌되는 집에 두고 오고, 한잔이면 관할했지라는 안일한 생각을 버리고 대리운전이나 대중교통과 택시를 이용하는 습관을 들이게 중요하다.

신화선남원경찰서 중앙지구대 순경

사설

도내 공공시설물 속히 점검해야

장마가 소강상태를 보이고 있는 지금이다. 공공시설물의 상태를 속히 점검해야겠다. 전북도와 각 시군 지자체에 주는 말이다. 시설물이 오래돼서 낡고 부실하다는 보도와 관련해 보수 작업이 있었는지 궁금하다. 이같은 말을 하는 이유는 분명하다. 다른 광역 시도에서 발생한 것 같은 비극이 우리 지역에서도 발생하면 안되기 때문이다. 다른 지역에서 일어난 불상사를 반면교사의 사례로 삼아야 한다.

거의 모든 안전 사고는 안전을 유념하지 않기에 발생하고 있다. 그것은 부인할 수 없는 명백한 사실이다. 설령 인명 피해같은 큰 사고가 아니라도 안전을 유념해야 한다. 공공의 재산도 피해를 미연에 막아야 한다는 이야기이다. 그런데 매년 보수 작업이 활발하지가 않다. 이제 다른 모습을 보여주어야 한다. 예산 타령만 해서는 안 된다는 지적이다.

장마철이면 국내의 여러 곳에서 이런 저런 사고가 발생했다. 그러나 뗏수습의 현실을 보면 답답하고도 안타까울 뿐이다. 매년 뗏수습이 미봉책으로 구태의연하

다. 정부도 해당 지자체도 정신을 차린 것 같지가 않은데 인명피해가 날 때도 정부와 지자체는 공감능력이 부족함을 드러냈을 뿐이다. 시일이 좀 지나면 그건 언제 일어난 일이라는 듯이 예전의 상태로 돌아가버렸던 것이다. 분명히 그 때문이다. 사람들은 안전 제일주의 방침에 대하여 신뢰를 주지 않고 있다. 시설물의 안전사고가 터질 때마다 그 약속들이 빈말로 드러나기 일쑤였으니 말이다. 그래서 총격이 진정될만 하면 또다시 다른 사고가 터지고 있는 것이다.

다시 말하거나 시설물 안전 문제를 진지하게 생각해야 한다. 도내 고위 관계자들에게 주고 싶은 말은 분명하다. 명명하고 지시하는 것에만 익숙할 뿐, 약속 실행에 성실하지 않으면 곤란하다. 다른 지자체의 안 좋은 분을 도내의 각 시군 지자체도 보여주고 있는 것은 아닌지 성찰해야 한다. 주민들이 민원을 제기하면 곧바로 해결해야 하는데 그렇게 하지 않고 있기에 하는 말이다. 교량 문제만 해도 그렇다. 보수가 시급한 다리가 국내에서 전북이 가장 많다는 지적이다.

전주시, 청년 취업 신경써야 한다

전주시는 청년 취업에 신경을 써야겠다. 전국의 취업률이 떨어진데 그중에서도 전주시의 경우가 가장 심각하다. 통계청이 최근에 발표한 것이 있다. '2015년 하반기 지역별 고용조사'가 그것이다. 그 조사에 따르면 전주시가 전국의 시 단위 도시들 중에서도 고용률이 가장 낮다. 그것도 고용률이 좋은 상위 도시들과 비교해 15%p나 낮은 걸로 나왔다. 그래서 전주시에 촉구한다. 청년 취업 확대 방안이 있어야겠다.

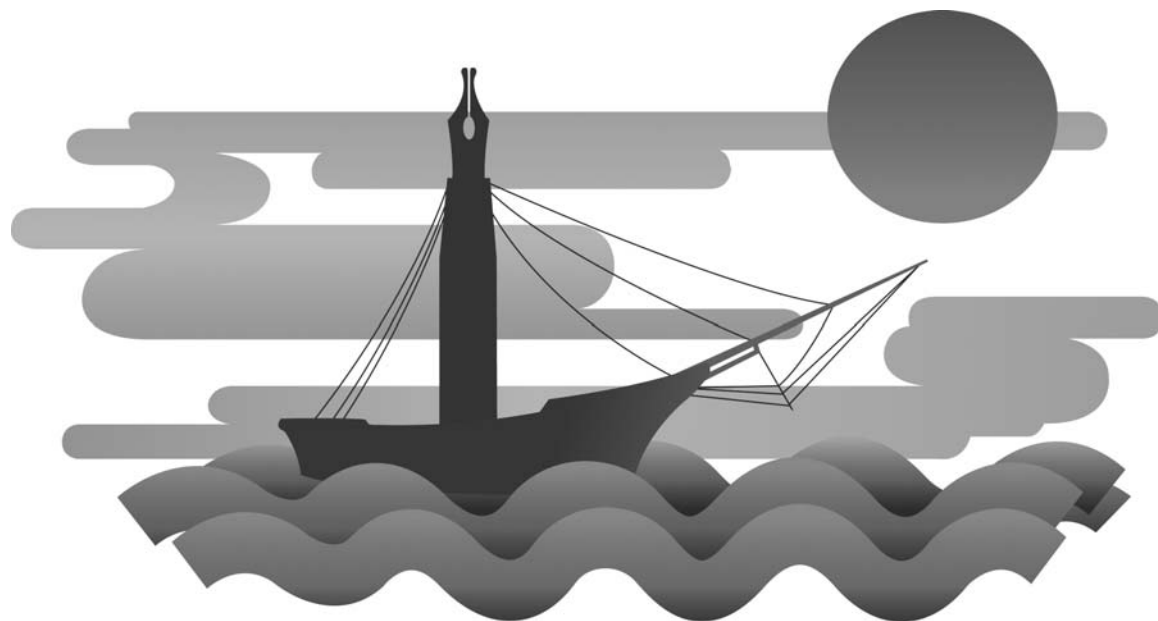
전주시는 청년 고용 확대 방안을 조만간에 내놓아야 한다. 취업률이 전국에서 가장 형편없는 데 손을 놓고 있다면 말이 안 된다. 그게 현실적으로 해결이 어렵다고 해서 나 몰라라 해선 곤란하다. 고용 활성화 분위기를 진작시키려고 애써야 한다. 도내에서 가장 큰 전주시가 죽을 수고 있으니 도내의 다른 시군의 청년 취업이 잘 될 턱이 없다.

전주시는 청년 취업 확대 방안을 위해서 고민해야 한다. 고용도 없고 경제성장도 없는 오늘날, 많은 젊은이들이 미취업자

로 있는데 전혀 반감지 않은 현실이다. 그리고 여기 말이 나왔으니 말하는데 청년 일자리가 예전보다 못하다. 청년 일자리가 늘어나 할 관에 오히려 줄고 있는 현실이 답답하다. 고용률이 전국의 밑바닥 수준이니 일자리가 창출해도 그게 비정규직 아니면 시간제 일자리 일색이다. 비정규나 시간제 일자리로 할 일을 다했노라고 말해선 안 된다. 일자리가 없는 이들은 희망을 가질래야 가질 수가 없다. 전주시는 청년들의 입장을 역지사지해야 한다.

전주시는 명심해야 한다. 고용 활성화 분위기 조성은 한두 번 시도해보고 말 성립의 것이 아니다. 관심을 가지고 지속적으로 취업확대 방안을 내놓아야 한다. 기업들의 협조를 이끌어내라는 지적이다. 저번에 전북도가 전국 꼴찌 수준의 고용 성적을 보여 주더니 이번엔 전주시마저 꼴찌 성적표라니 말이 안 된다. 지금의 답답한 현실에서 반드시 벗어나야 한다. 전주시는 청년 일자리 창출을 위해 더욱 신경을 써 주길 바란다.

용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지



“더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문”을 위해 전주매일의 전 직원들은 ‘전북 최고의 신문’을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다.

진정한 지방자치 발전을 위해 중앙지를 답습하는 행태를 벗어나 보다 깊이 있게 내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다.

당신의 가려움을 속 시원하게 긁어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심

전주매일