

한방 칼럼

# 갱년기 증후군



▶ 지난해에서 이어집니다.

### ■ 갱년기 여성질환의 주요 증상

4. 정신적 증상 : 에스트로겐의 결핍은 여러 가지 정신적인 문제를 야기할 수 있는데, 집중력이 저하되고 쉽게 흥분하며, 감정이 수시로 변하기도 하고, 고독감, 불안, 두통, 불면의 증상이 나타납니다.

5. 피부 및 골·관절계 증상 : 폐경기 여성의 피부는 메마르고 쉽게 주름 잡니다. 노화로 인한 퇴행성 관절염도 발생하여 여러 부위의 관절 통증을 호소하기도 합니다. 또한 만성적인 에스트로겐의 결핍으로 골다공증이 발생하여 통증이 있기도 하고 골절의 위험성이 증가합니다.

6. 성적인 문제 : 질분비물의 저하, 오르가즘 시 자궁 수축에 의한 통증의 유발, 질의 탄력 저하 등으로 성교 곤란증이 올 수 있습니다. 이 때문에 성적인 욕구가 줄어들기도 하고 이 시기의 여러 사회적 통념들이 또한 성적 행위에 영향을 미칩니다.

### ■ 갱년기 증상은 어떻게 치료하나요?

갱년기 증상의 치료에 가장 효과적인 방법은 호르몬 대체 요법입니다. 에스트로겐의 투여는 열성 홍조, 비뇨기계의 위축 등에 탁월한 효과가 있을 뿐만 아니라 장기간 복용함으로써 골다공증을 예방할 수 있고 폐경 후에 오는 심혈관계 질환도 예방할 수 있습니다.

### ■ 생활 가이드

술, 담배는 호르몬의 효과를 저하시킬 수 있으므로 삼가합니다. 규칙적인 운동 특히 골다공증 치료에는 매일 걷기 운동이 권장됩니다. 칼슘제제를 같이 복용할 때는 위장 장애를 줄이고 흡수를 높이기 위해 식사와 같이 투여 하도록 합니다.

중요한 것은 환자가 폐경기 이후의 생리현상을 잘 이해하고 식이요법, 운동요법, 호르몬 대체요법을 잘 병행하여 적극적으로 건강을 관리함으로써 갱년기의 신체적, 정신적 위기를 극복하는 것입니다.



이큐베델 한의원 원장 최준용  
한의학 박사 LAc, Ph D  
TEL (213) 598-3047  
1210 S. Euclid St. #A  
La Habra, CA 90631



법률 칼럼

# 영주권 신청 시 범죄 기록 조회

외국인이 시민권이나 영주권을 신청하게 되면 이민국은 신청자가 14세 이상인 경우 신청자의 지문을 채취하여 범죄 기록을 조회합니다.

이민국은 공식적으로 3가지 방법을 사용하는데 첫 번째는 FBI를 통한 지문 조회입니다. 신청인이 영주권 신청서를 접수하면 지문 채취 통지서를 받게 됩니다. 신청이 특정된 이민국센터에 가서 지문을 찍으면, 이민국은 이 지문 채취 자료를 FBI로 보내고, 이들은 자신들이 가지고 있는 형사 데이터 베이스를 통해 그 지문을 조회합니다.

미국 국내 어디에서든지 경찰이나 사법 기관에 체포되어서 지문을 찍은 적이 있다면, 무죄 판결을 받았거나, 기소가 되지 않았거나, 시간이 지나 형사 유죄 기록이 말소되어도 FBI의 지문 조회에는 반드시 체포 기록이 나타납니다. 그러므로 이 부분에 체포 기록이 있다면, 영주권 신청서 (I-485)에 그 사실을 반드시 기록해야 합니다.

두 번째는 FBI를 통한 이름 조회(Name Check)입니다. 이 경우는 실제로 미국 내에서 체포된 기록이 없는 사람이라도 FBI의 각종 조사의 의해 미국 국가 안보(National Security)나 공공의 안전(Public Safety)에 해가 될 수 있는 사람을 찾아내는 경우로 테러리스트, 마약 거래자, 인신 매매자, 밀수업자 등이 해당됩니다.

세 번째는 TECS 이름 조회입니다. 이 조회를 통해서 테러리스트나 테러 활동에 의심이 되는 사람의 이름과 신청자의 이름을 대조하여 찾아냅니다. 이 경우는 테러리스트 조직에 직접 가입을 한 경우 외에도, 이런 조직에 금품을 제공하는 조직의 회원인 경우도 포함됩니다.

두 번째와 세 번째 조사는 기본적으로 이름을 조회하는 경우인데, 퍼스트네임, 미들네임, 라스트네임을 조합하여서 신원 조회를 합니다. 한국인에게서는 실제로 미들네임이 없는데, 한국 여권에 이름이

한 글자씩 표기되는 경우가 많아서 미국에 와서는 이것이 미들네임으로 인식되는 경우가 많습니다. 이런 경우에는 신원 조회에 유사한 이름이 많아지므로 신원 조회에 훨씬 더 긴 시간이 소요될 가능성이 많습니다. 이를 피하고 자신의 신원 조회가 신속하게 되게 하려면 한국 여권을 신청할 때 한국식으로 이름의 두 글자를 붙여 써서 신청하는 것이 좋습니다. 영주권 신청 시에는 공식 문서인 여권에 나와 있는 이름을 그대로 써야 하기 때문입니다.

여기서 한 가지 더 유의할 사항은, 미국 이민국은 주한미국대사관을 통해 입수된 정보와 무비자 협정 관련하여 한국 정부가 미 국토안보부에 통보해 준 내용도 영주권이나 시민권 심사에 사용하고 있다는 것입니다.

무비자 협정 관련한 범죄자 정보 공유에 따르면, 한국 정부는 살인, 강도, 강간, 사기 등 중대 범죄의 경우로 유죄 판결을 받은 경우에 그 범죄자의 신상과 중대 범죄로 유죄 판결을 받았다는 내용을 미국에 통보하지만, 체포만 된 경우나 기소 유예 등의 내용은 미국측에 통보하지 않습니다. 유죄 판결을 받은 특정 개인에 관해서 미국측이 더 상세 정보 기록 제출을 요구하면, 한국측은 좀 더 구체적으로 죄명, 형량 등을 알려 줍니다.

이외에도 미국대사관은 자체 조사망을 통해서 입수된 한국 내 형사 기록을 영주권이나 시민권 신청 시에 활용합니다. 그러므로 한국에서 기소유예 정도의 기록도 미국 대사관의 조사에서 드러날 가능성이 있습니다. 영주권 신청자들은 이 점에 유의 해 영주권 신청서를 준비하기 바랍니다.

Law Offices of Joseph KW Choen  
천관우 변호사

- LA Office: (213) 232-1655  
3600 Wilshire Blvd, #1227  
Los Angeles, CA 90010
- OC Office: (714) 522-5220  
6281 Beach Blvd, #300  
Buena Park, CA 90621



매주 첫째주 월요일 라디오 코리아 이민상담 진행

www.myevergreenschool.com

“아이들이 VISION을 꿈꾸는 학교”  
5882 Beach Blvd., Buena Park, CA 90621

“에버그린 프리스쿨 임니다”

GOD IS LOVE 1JOHN4:19  
evergreen  
PRESCHOOL • KINDERGARTEN  
SINCE 2012

714.670.9687