

■ 한방 칼럼

아토피 피부염

<지난호에서 계속됩니다.>

■ 아토피 피부염의 분류

1. 부위별 분류

전신 아토피 피부염, 얼굴 아토피 피부염, 복부, 허리 아토피 피부염, 둔부 아토피 피부염, 하체 아토피 피부염, 관절 아토피 피부염, 손발 아토피 피부염, 등·가슴 아토피 피부염, 두피 아토피 피부염

2. 증상별 분류

열성 아토피, 만성·태선화 아토피, 건성 아토피, 스트레스 아토피

■ 아토피의 치료 과정

1. **청열해독** : 아토피로 인한 과도한 열을 진정시키고 해독하는 과정

2. **소염해독** : 열이 진정된 후 피부의 발진과 염증을 치료하는 과정

3. **체질 개선(장부기능 개선 단계)** : 신진대사 조절력을 높여 인체의 혈액 순환을 개선하고, 저하된 특정 장부의 기능 회복을 돕는다.

4. **피부 회복** : 피부 건조, 태선화, 피부 착색 등 아토피 체질 개선 후에도 남아 있는 피부 증상을 치료하고 건강을 회복한다.

* **스테로이드 리바운드** : 급작스럽게 스테로이드 사용을 중단하면, 기능이 저하된 부신에서 스테로이드 생산을 못 하여, 아토피 피부염의 증상이 악화 된다. 그러므로, 적합한 치료와 함께 서서히 스테로이드 용량을 줄여가며 치료해야 한다.

■ 음식 관리

아토피 치료에서 가장 큰 어려움이 바로 음식 관리이다. 불규칙한 식생활은 아토피 질환뿐만 아니라 다양한 질병의 원인이 되기도 한다. 재발의 악순환을 벗어나기 위해서는 음식 관리가 필수적이다.

1. 피해야 하는 음식

a. 체내에서 알레르기를 유발할 수



있는 이종 단백질과 화학물질이 함유된 가공식품, 육류, 알레르기 식품

b. 소화와 대사 과정에서 유해물질을 유발하고 대사를 저해시키는 육류, 고지방식(튀김, 볶음, 트랜스 지방), 고열량 음식

c. 재배, 보관 유통, 생산, 조리 과정에서 유해물질을 함유하게 되는 식품, 가공식품, 구운 음식

d. 체온의 불균형을 더욱 악화시키는 차가운 음식

2. 주의사항

a. 음식을 천천히 꼭꼭 씹어 먹는다.

b. 식사를 하루 세끼 규칙적인 시간에 한다.

c. 편식을 하지 말고, 채소, 과일 해조류 등 다양한 음식을 먹는다.

d. 식사량을 조절하여, 과식과 폭식은 피한다.

e. 따뜻하거나 미지근한 물을 자주 마신다.

f. 잠들기 3시간 전에는 먹지 않는다.

g. 보습제는 너무 두껍게 바르지 않고 되도록 얇게 바른다.

이큐베멜 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 중의 고용주 변경

피지 못할 사정으로 취업영주권을 신청하고 있는 도중에 스폰서를 바꾸어야 하는 경우가 있습니다.

오늘은 이 경우에 대해서 3가지 경우로 나누어 상세하게 알아보도록 하겠습니다.

1) Labor Certification (L/C)과 I-140이 승인되었으나 I-485를 접수하기 이전에 회사를 옮긴 경우, 또는 I-485를 접수한 지 180일 이내에 회사를 옮긴 경우

이 경우에는 이미 승인된 L/C와 I-140을 그대로 사용하여 영주권을 진행할 수 없습니다. 따라서 첫 단계인 L/C부터 다시 시작해야 합니다.

그러나 이 경우에는 L/C가 접수된 날짜인 priority date(우선 일자)를 유지할 수 있습니다.

2) LC와 I-140이 승인되었고 I-485가 접수된 지 180일이 지난 경우

AC 21이라는 법에 의해 신청자는 전 고용주를 통해 이미 접수되어 승인된 L/C와 I-140을 그대로 유지하면서 이직을 할 수 있습니다.

그러나 L/C와 I-140을 유지하면서 고용주만 대체할 수 있는 이 혜택을 받기 위해서는 새 직장의 일자리가 승인된 L/C상의 직종과 같거나 비슷한 직종이어야만 합니다. 그리고 이 경우 job title이 다르더라도 새 직장에서의 맡을 업무가 L/C상의 업무와 비슷하다면 위의 혜택을 받을 수 있습니다.

3) I-140과 I-485가 동시 접수되고 I-140이 180일 이상 계류 중인 경우

승인이 가능한 I-140이 접수된 지 180일이 지난 경우에만 AC 21의 혜택을 받으실 수 있습니다.

승인될 가능성이 없는 I-140을 I-485와 동시 접수한 경우, 결과가 나오지 않은 채 180일이 지난다 해도 AC21의 혜택을 받을 수 없습니다. 그러므로 안전을 위해 가능하다면 I-140과 I-485가



동시 접수된 지 180일이 지났다 해도 I-140이 승인된 이후 아직 하는 것이 좋습니다.

AC21에 의해 영주권 진행 중 직장을 변경한 경우 전 직장과 다른 지역에 있는 직장으로 이동이 가능하며 승인된 L/C에 기입된 prevailing wage보다 적은 연봉을 받는 직장으로도 이직이 가능합니다.

다만 이직 후의 연봉이 그 전과 너무 차이가 난다면 이민국에서 두 일자리가 비슷하지 않다고 판단할 수 있기 때문에 주의해야 합니다.

마지막으로 영주권을 받은 후에 직장을 옮기는 경우에는 스폰서 회사에서 최소 6개월 이상은 일을 한 후에 옮기는 것이 좋습니다.

영주권을 받자마자 직장을 옮기면 처음부터 고용/취업 의사가 없었다는 오해를 받아 시민권 신청이나 다른 이민 혜택을 받는데 지장이 있을 수 있습니다.

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

통증 전문
치료 병원

오렌지백 한방척추병원

“25년의 임상경험과 한방/척추의 정확한 진단”으로, 통증의 원인을 파악하고 진료해 드립니다. 침, 부항, 한약/보약, 척추교정, 엑스레이, 각종물리치료를 모두 한곳에서 치료 받으실 수 있습니다.

메디케어	오바마케어	직장상해	직장보험	교통사고
메디케어 Part B Care 1st AARP Kaiser Easy Choice (대한, 세종) United Health Care SCAN (서울, 세종) Humana Brand New Day	Blue Cross Blue Shield Health Net PPO/HMO	Align State Comp Medrisk	Aetna Kaiser Cigna Blue Cross Blue Shield UnitedHealth Health Net PPO/HMO	All State Met Life Safe Co State Farm Farmers Mercury All State AAA

교통사고 전문 병원 - 사고 보험 처리 도와드립니다.

두통, 어깨, 목, 허리, 무릎, 발목, 저림, 오십견, 안면마비, 우울증, 수면장애, 감기, 갱년기 증상 등

오렌지백 한방척추병원

예약/상담 714.530.7001

9681 Garden Grove Bl., Suite 101
Garden Grove, CA 92844(모란각 식당 옆)



Dr. 백사론
한의원, 척추신경의사
SCU 척추의대 졸업 (1992)
South Baylo 한의대 졸업 (2012)

* 그 외 보험도 전화로 확인해 드립니다. (유학생 보험, 여행자 보험도 취급합니다.)