

한방 칼럼

갱년기 증후군

■ 갱년기(更年期) 증후군이란?

폐경기 전후의 여성이 난소 기능이 감소하면서 자율신경계의 실조를 위주로, 신경심리 증상을 동반하는 증후군으로, 여성 호르몬이 부족하여 월경이 끝나고 여러 가지 증상이 초래되는 시기를 말합니다.

평균적으로 폐경의 시기는 41세에서 51세의 사이로 사람에 따라 정도가 다르지만, 이 시기에 많은 여성들이 힘들고 불편한 여러 가지 증상(안면홍조, 생식기 위축, 비뇨기 위축, 정신적 증상 등)을 호소합니다. 이를 갱년기 여성질환이라고 합니다. (중의학에서는 “경단전후제증經斷前後諸證”, 절경전후제증絶經前後諸證”이라 함.)

■ 갱년기 여성질환은 왜 생기나요?

폐경은 여성호르몬(에스트로겐)의 분비 감소로 인해 일어나는 현상입니다. 폐경에 이르르면 양쪽 난소의 난자 수가 감소하고 난소 기능이 저하되어 에스트로겐 분비도 크게 감소합니다. 그로 인해 얼굴이 화끈거리는 등의 여러 가지 신체적 증상이 나타납니다.

■ 갱년기 여성질환의 증상은?

주요 증상은 월경의 이상, 혈관수축증상(홍열한출烘熱汗出, 현훈眩暈, 심계心悸 등), 신경정신증상(번조이노煩燥易怒, 정서억울情緒抑鬱, 실면失眠, 다몽多夢, 건망健忘 등), 비뇨생식계통의 증상(반복적인 방광염, 요급尿急, 요실금, 음도건삭乾澀, 음양陰癢 등) 등입니다.

■ 갱년기 여성질환의 주요 증상

1. 안면홍조 : 안면홍조는 가장 많은 증상으로 폐경 여성의 75% 가량이 경험합니다. 갑자기 얼굴이 달아올라 숨이 가쁘고 가슴이 두근거리며 땀이 나며 두통이 같이 오기도 합니다.

이런 갑작스런 열감은 목과 가슴 열골 부위에 먼저 오고 전신적으로 퍼지며 홍조 후에는 혈관의 수축이 뒤따라 오한이 나기도 합니다. 이러한 증상은 대부분 4분 정도면 끝나며 길게는 30분 정도 가기도 합니다. 밤과 낮을 가리지 않고 아무때나 나타날 수 있으며 피로하거나 긴장을 하거나 예민한 성격을 갖고 있는 사람에게서 더 자주 나타납니다. 증상의 원인은 호르몬 부족에 기인하는 혈관 운동의 불안정 때문입니다.

2. 생식기의 위축 : 질은 에스트로겐의 변화에 민감합니다. 에스트로겐은 배란 직전에 많이 분비되어 질과 자궁이 정자를 잘 받아들이고 착상이 잘 되도록 합니다. 에스트로겐이 저하되면 질 표면이 얇아지고 창백해지며 폐경 전에 보았던 주름도 소실되고 감각도 저하됩니다. 이러한 결과로 성교 곤란증, 냉 및 질출혈 노인성 질염이 빈번히 나타납니다.

3. 비뇨기의 위축 : 요도 점막도 에스트로겐에 민감합니다. 폐경 이후의 많은 여성이 소변을 지리는 요실금 증상으로 고생하는 것도 에스트로겐의 감소에 의한 요도 점막의 위축 때문입니다. 요도 점막이 얇아지고 부스러지기 쉬운 상태로 되어 배뇨 중에 통증을 느낄 수도 있습니다. 또한 요도와 방광 신경의 이상으로 소변이 급하게 마렵고 소변을 보아도 시원치 않으며 자주 보게 됩니다.

▶ 다음 호에 계속됩니다.

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



법률 칼럼

학생 신분으로 체류 신분 변경이 거절되었다면

학생 신분으로 체류 신분 변경이 거부되는 경우 이민국은 거부 통지서(Notice of Decision - Denial)를 발송합니다. 이전의 체류 신분이 이미 끝난 경우에는 대개 이 거부 통지서 발송일 날로부터 불법 체류(unlawful presence)가 시작됩니다.

이 거부 결정일부터 181일 이상을 불법체류하면 3년 동안 미국 입국이 금지되며, 1년 이상 불법체류하면 10년 동안 미국 재입국이 금지됩니다. 그렇다고 거부 통지서를 받고 180일 동안은 합법적으로 체류할 수 있다는 것은 아닙니다. 180일 미만의 불법체류라 해도 후일 미국 입국을 위해 비자 인터뷰를 하는 경우 불체 기간이 문제가 될 수 있습니다. 이 때문에 이민국의 거부 결정을 받은 이후에는 가능한 한 빨리 미국을 떠나야 나중에 미국비자를 해외에서 신청하는 경우 불이익을 피할 수 있습니다.

통상적으로 학생 신분 변경이 거절된 경우 취할 수 있는 방법은 재심(Motion to reopen) 또는 Motion to reconsider를 요구하는 것입니다. Motion to Reopen은 재심의 근거가 되는 새로운 증거가 있는 경우, Motion to reconsider는 재심의 근거가 이민국이 법 적용을 잘못하거나 제출한 증거를 잘못 해석한 경우에 취할 수 있습니다.

Motion to reconsider는 제3의 중립적 기관이 심사를 하는 항소(appeal)나 재심의 경우와 달리 거부 통지서를 보낸 기관이 다시 심사를 하기 때문에 결정이 반복되기가 쉽지 않습니다. 재심의 성공을 위해서는 아주 결정적인 증거를 제출하거나 명확하게 이민국이 법률 적용을 잘못했다는 증거를 찾아야 합니다.

주의할 점은 재심 신청이 들어갔다고 통지서를 받은 날부터 시작된 불법체류일의 계산이 중단되는 것이 아니라는 것입니다. 만약 재심이 받아들여져서 승인



을 받게 되면 불체 기간이 모두 소멸되지만, 만약 재심이 거절된 경우에는 처음 거부 통지서를 받은 날부터 모두 불체 기간으로 산정돼 미국 재입국이 3년에서 10년까지 거부될 수 있습니다.

이런 이유로 학생으로 신분 변경이 거절됐다면 신청인은 빨리 재심 신청 여부를 결정해야 합니다. 재심 신청을 하지 않기로 했다면 빠른 시일 내에 출국해 향후 다른 신분으로의 재입국을 도모할 수 있습니다.

안타깝게도 재심의 성공률은 매우 낮아 재입국 금지의 위험이 있기 때문에 학생 신분으로 변경을 계획하고 있다면 철저하게 준비해야 합니다. 어학원을 통하거나 기타 다른 기관을 이용해 학생 신분을 변경을 신청하는 것보다 전문 변호사의 도움을 받아서 안전하게 케이스를 접수하기를 권고 드립니다.

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

CA Lns Lic # 0B18537

은퇴 준비를 위한 재정계획 안내

최근에 은퇴하셨습니까? 곧 은퇴하실 계획입니까?

10% 즉석보너스

"과거의 심각한 경제위기에도 불구하고 저희 고객중에는 손해 본 분이 한 분도 없습니다. 철통같은 원금보장 덕분이지요"

401(K) Rollover 은행CD Account 이전

철통같은 보장성 연금플랜

증권시장의 위험성을 원천봉쇄하여 원금이 보장되며 Social Security 연금처럼 평생 마르지 않는 인컴이 보장되는 플랜

- Transfer: 은행CD, IRA Accounts
- Rollover: 401K, TSP등 각종 직장 은퇴플랜

* 직장을 옮긴 분들은 그 전 직장에서 가지고 있던 Account를 하루 속히 옮겨 놓는 것이 바람직합니다.

조신천 보험·재정



714.323.7420

Email; choinsurance@yahoo.com

8308 Stanton Ave., Buena Park, CA 90620

