

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 등을) 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 이르면 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), 비뇨생식계의 증상(반복적인 방광염, 요급尿急, 요실금, 음도건삼乾澁, 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 열굴 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.

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



법률 칼럼

최근 이민국의 심사 경향 (1)

최근 이민국의 영주권 그리고 다른 일반 케이스에 대한 심사가 까다로워지면서 많은 사람들이 지레 겁을 먹고 영주권 신청 또는 신분 변경 등을 포기하는 경우가 많습니다.

하지만 이민국의 심사 경향을 잘 파악하고 전문가의 조언을 바탕으로 케이스를 진행하면 좋은 결과를 얻을 수 있으리라 생각합니다. 최근 가장 주의가 요망되는 이민 및 비이민 프로세스 분야에 대한 경향과 대처에 대해서 살펴 보겠습니다.

1. 조건부 영주권 조건 해제 (I-751 Case)

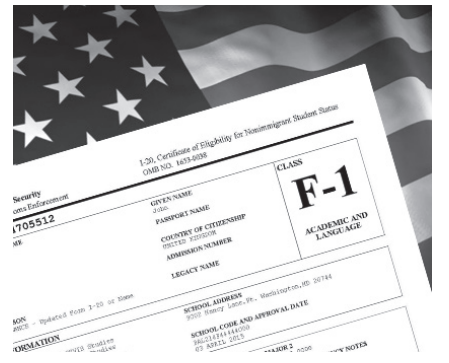
결혼으로 영주권을 취득한 경우 영주권 신청인은 2년 기한의 조건부 영주권을 받게 되고 영주권 2년 만료 90일 전부터 조건부 해제를 신청할 수 있습니다. 과거와 달리 이 조건부 해제의 승인에 18개월에서 21개월이 소요되고 있습니다. 과거에 비해 더 많은 시간이 소요되고 또 심사 또한 까다로워졌습니다. 많은 경우 추가서류 요청(Request for Evidence)이 나오고 있고 또 인터뷰가 잡히는 경우도 많습니다.

인터뷰가 잡히는 경우에는 이민관이 까다로운 질문 등으로 신청인을 매우 어렵게 하고 있습니다. 케이스가 어려워 지는 것을 피하기 위해서는 첫 접수 단계부터 변호사의 조언을 받아 추가서류 요청이 나오지 않도록 결혼이 진실된 결혼 (Bona Fide Marriage)임을 보여주는 증거 등을 충분히 제출하도록 해야 합니다.

그리고 문제가 생길 수 있는 이슈에 대해서는 충분한 설명을 변호사의 도움을 받아 제출하도록 하십시오. 그리고 인터뷰 시에는 꼭 변호사를 대동하도록 하십시오.

2. 학생 신분으로 신분 변경

2015년 LA 한인타운 학교의 학생비자 사기 사건 이후 심사가 아주 까다로워진 분야가 학생 신분으로의 신분 변경입니다.



경입니다.

과거에는 체류 신분을 유지한 상태에서 학생 신분으로 변경을 신청하기만 하면 심사 기간 동안 이전 신분이 만료되어도 문제가 없었으나 이제는 새로운 규정 적용으로 이전 신분이 만료되고 난 이후에 30일 이내에 학교의 수업을 들을 수 없는 경우에는 거의 자동으로 신분 변경 신청을 거절하고 있습니다.

그리고 또 등록금/생활비가 충분하다는 것을 보여주는 은행 잔고 그리고 미국에서 공부를 해야 하는 이유 등에 대해서 꼼꼼하게 서류 심사를 하고 있습니다.

그리고 많은 경우 추가서류를 요청하고 있습니다. 이런 경향에 대비하기 위하여 우선은 방문비자(B1/B2) 로의 신분 변경을 학생신분으로의 신분 변경과 함께 신청하는 Bridge를 꼭 해야 합니다. 그리고 왜 미국에서 공부 필요한지 등에 대한 설명을 전문가의 도움을 받아 신청서와 함께 제출하도록 하십시오.

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

오렌지 카운티 전지역 전문업체



하시마 건축

HASHIMA CONSTRUCTION INC

물, 화재, 천재지변 보험 크레임 및 수리, 리모델링 일체 통합 서비스

Terry Joe (Mr. 조) 714.745.5958