

한 방

8체질 이야기 탈모의 한방치료

탈모는 정상적으로 모발이 존재해야 할 부위에 머리카락이 없는 상태를 말하며, 일반적으로 두피의 성모(굵고 검은 머리카락)가 빠지는 것을 의미한다. 탈모의 원인은 다양한데 유전적 원인과 남성 호르몬인 안드로젠(androgen)이 중요한 인자로 알려져 있으며, 여성형 탈모에서도 일부는 남성형 탈모와 같은 경로로 일어나는 것으로 추정되고 있으나 임상적으로 그 양상에 차이가 있다.



▲ 한방 치료 전(왼쪽)과 후(오른쪽) 비교 사진

최근에 임상 시험례의 국제적 공유를 위한 한의학 연구논문에 탈모 치료 사례가 발표되어 주목을 끌고 있다. 많은 사례가 있지만 한약처방으로 치료한 2가지 사례 중 첫 번째 사례는 25세 여성, 두 번째 사례는 43세 여성이었다. 두 경우 모두 심각한 탈모로 여러 가지 치료를 받아왔지만 효과가 없었으나 한약처방을 꾸준히 복용하여 거의 완치에 가까운 결과를 낳았다.

한약처방 구성을 볼 때 목체질의 경우에 치료 효과가 더 뚜렷하게 나타났 것 같으나 다른 체질의 경우도 간 치

료를 통한 해독을 겸한다면 좋은 치료 효과를 기대할 수 있을 것으로 보인다. 최근에 한국 한의학은 우수한 젊은 인재들이 주축이 된 많은 연구와 임상 발표를 통해 눈부신 발전을 이루고 있다.

체질나라 한의원
원장 고진욱 Lic. Ac.
TEL (562) 673-8397
www.my8body.com



치과

틀니(Dentures)

이가 하나만 없어도 불편한데 아랫니 전체가 빠지고 없다면 고통은 상상을 초월할 것이다. 일반적으로 윗니 전체에 틀니를 낀 사람은 그럭저럭 견뎌 나가지만 아래에 틀니를 낀 사람은 많은 어려움과 통증을 호소한다. 아랫니 잇몸 틀의 형태학적 구조가 전체를 틀니로 하기에는 근본적으로 어려움이 있는 까닭이다.

가장 좋은 대안은 인공치아인 임플란트를 이식할 때처럼 인공치근을 심고 거기에 부분 틀니를 한다. 인공치근에 인공치아를 씌우는 임플란트는 실제 치아와 모양, 씹는 힘, 수명에서 결코 뒤떨어지지 않는 큰 매력이다. 하지만 아랫니 전체를 임플란트로 하기에는 가격이 만만치 않은 게 현실이다. 때문에 인공치근과 틀니를 함께 사용하면 씹지 못하는 고통에서 벗어날 수 있다.

우선 잇몸 틀이 충분히 클 때는 빠진 아랫니 중 앞니 부위에 2개의 인공치근을 심고 여기에 맞게 틀니를 제작한다. 전체 틀니보다는 음식을 씹을 때 틀니가 좀 더 안정된 느낌을 받을 수 있다. 하지만 이렇게 해도 역시 틀니는 조금씩 움직이는 경향이 있으며 음식물 찌꺼기가 틀니 밑에 들어가면 잇몸에 통증이 느껴진다. 반드시 주기적으로 틀니를 조정해 주어야 한다.

다음은 46개의 인공치근을 심은 뒤 인공치근들을 연결하는 금속의 봉을 제작해 인공치근에 고정된 다음 틀니의 안쪽 면에 클립이라는 유지장치를 부착해 그 금속봉과 클립이 움직이지 않게 하는 방법이 있

다. 이는 틀니의 안정성과 견고성을 극대화한 것으로 인공치근 2개를 심었을 때보다 더 안정적이고 틀니의 움직임이 거의 없다는 장점이 있다. 이 틀니는 언제나 빠서 당울 수도 있다. 5~6개 또는 그보다 많은 개수의 인공치근을 심고 틀니를 나사로 고정하는 방법도 있다.

틀니가 잇몸에 닿지 않기 때문에 틀니로 인한 잇몸 손상이 전혀 없고, 틀니의 움직임이 전혀 없기 때문에 대부분의 사람들이 가장 선호하는 방법이다. 틀니가 나사로 고정돼 있기 때문에 틀니 검사는 주기적으로 치과에 가서 해야 한다. 한가지 단점은 틀니 밑 부분의 청결을 위해 투자해야 하는 시간이 많다.

만약 잇몸 뼈의 크기와 모양이 좋다면 8개 이상의 인공치근을 심어 자연치아와 비슷한 모양을 갖출 것을 권한다. 많은 수의 인공치근을 심어야 하기 때문에 비용이 비싸지만 저작력과 느낌, 모양이 자연치아와 거의 비슷하기 때문에 선망의 대상이 되고 있다. 단 여기서 중요한 사실은 틀니를 할 경우 더 많은 수의 인공치근을 심으면 입천정을 덮는 부분을 그만큼 줄일 수 있으므로 음식물의 맛을 더 잘 느낄 수 있고 더 자연스러운 느낌을 가질 수 있다.

남태준 종합치과
남태준 원장
TEL (714) 871-4962



건강

비타민 알고 먹읍시다 영양의 보고, 위장에 좋은 로열젤리

로열 젤리는 젊은 일벌의 머리 부분에 있는 인두선(咽頭腺)에서 분비되며, 일벌이 될 애벌레를 포함한 집단 내 모든 애벌레에게 먹이로 제공된다.

벌들은 여왕벌이 필요하게 되면, 선택된 한 애벌레에게 생후 첫 4일간 오로지 로열 젤리만, 그것도 대량으로 공급한다. 이렇게 초기에 집중적으로 영양 공급을 하면 그 애벌레는 알을 낳을 수 있을 만큼 성숙된 난소를 포함해 여왕벌의 형태를 갖추게 된다. 여왕벌은 평생 로열 젤리만 먹고 사는데 수명이 일벌의 40배나 된다. 이런 점으로 인해 고대에는 로열 젤리를 장수와 회춘의 비약으로 여겨왔다.

로열 젤리의 색은 꿀과 비슷하게 투명하며 담황색을 띄고 있다. 보통 단맛을 지닌다고 알려져 있지만, 이런 제품은 꿀과 다른 당류를 섞은 것이며, 순수한 로열 젤리는 약간의 신맛과 혀를 찌르는 듯한 맛을 가지고 있다.

로열 젤리는 벌꿀과는 비교가 되지 않을 정도로 많은 비타민류, 미네랄, 아미노산 등의 영양소를 포함하고 있다. 로열 젤리는 67%의 물, 12.5%의 단백질 및 소량의 아미노산, 11%의 당류 등이 있다. 비타민 류는 비타민 B군이 대부분이며 약간의 비타민 C도 들어있다. 비타민 A, D, E, K는 포함되어 있지 않다.



로열 젤리의 주요 요소의 가운데 로열락틴(Royalactin)이라는 단백질이 있다. 2011년 일본 도야마현립대 생명공학연구소 마사키 가마쿠라 박사는 이 로열락틴이 애벌레를 여왕벌로 만든다는 연구 결과를 발표했다. 마사키 박사는 실험에서 섭씨 40도로 오랫동안 두어 로열락틴이 파괴된 로열 젤리를 애벌레에게 먹였으나 여왕벌이 특성이 약한 일벌이 되었고, 로열락틴이 포함된 로열젤리를 초파리 애벌레에게 먹였더니 여왕벌과 비슷하게 몸집이 커지고 알을 많이 낳는다는 것을 발견했다.

▶ 1263호에서 계속됩니다.

◆ 비타민 전문점
▶ 문의: (714) 534-4938
Nutritionist Jack Son
▶ 주소: Garden Grove Blvd. #G
Garden Grove, CA 92844

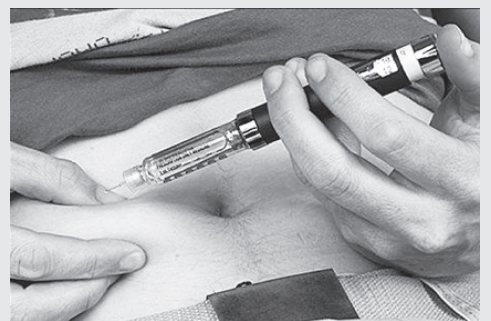
가정의학

당뇨병의 치료(12)-2

경구약물 요법의 종류 Alpha-glucosidase inhibitors & Amylin-Miniting Agents

▶ 지난 호에서 계속됩니다.

최근에 당뇨병에 대한 연구가 더욱 활발해지면서 인슐린 분비기전(insulin secreting mechanism)을 겨냥한 새로운 약제들도 개발되어 많이 활용되고 있습니다.



가장 먼저 개발된 합성 아밀린(synthetic amylin)이란 약은 원래 췌장(pancreas)에서 식사 후에 만들어지는 아밀린이 하는 역할을 수행하도록 하여 혈당의 상승을 막습니다.

그 역할은 포만감(satiety)을 빨리 느끼게 해서 식사량을 줄이게 하고, 위장의 소화 속도를 감소시키며, 소화 효소(digestive enzyme)들의 분비를 억제해서 음식물의 이용을 느리게 하고, 또 혈당을 높이는 역할을 하는 글루카곤(glucagon)의 분비를 막는 등, 여러 과정을 통해서 혈당치가 올라가는 것을 억제합니다.

합성 아밀린으로 시판되고 있는 pramlintide(Symlin)은 제1형과 제2형 당뇨병 모두에서 사용할 수 있는

며, 식전에 주사를 통해 투여하도록 하는데, 인슐린을 사용하는 경우에도 함께 사용할 수 있으나 다른 장소에 주사해야 합니다.

아밀린(amylin)이라는 췌장의 베타 세포(Beta-cell of pancreas)에서 생성되는 물질이 혈당 조절(blood glucose control)에 관여하는 것으로 알려지면서 이를 이용한 당뇨병 치료제가 개발되어 있습니다.

▶ 다음 호에 계속됩니다.

오문목 가정의학비뇨기과
원장 오문목 의학박사
TEL (949) 552-8217

