



## 음주, 흡연, 면도 ... “남성 피부는 피곤하다!”

### 풀러턴 <라프린세사>의 ‘그루밍족 위한 피부 관리 인기템’

외모는 곧 경쟁력이고 사람을 판단하는 하나의 기준이다. 깔끔하게 정돈된 머리와 단정한 옷, 그리고 여드름, 잡티, 흉터 없는 깨끗한 피부만으로도 사람의 인상은 놀랄 만큼 달라진다는 사실은 누구나 잘 알고 있다. 그런 만큼 외모 관리는 여성의 전유물이 아니다.

‘그루밍(Grooming)족’이란 용어의 등장도 이런 배경과 무관하지 않다.

풀러턴에 있는 메디스파·레이저 스킨 클리닉(ME DISPA·LASER SKIN CLINIC) <라프린세사 La Princesa> 측에 따르면 ‘그루밍’이란 마부가 말을 빗질하고 목욕시켜 주는 것을 가리키는 단어인 groom에서 유래된 말로, 여성들의 ‘Beauty’에 해당하는 남성의 미용 용어로 단순하게 패션과 미용에 그치지 않고 피부, 두발, 치아는 물론 성형수술까지 포함하는 뜻으로 점차 그 의미가 확대되고 있다. 즉 ‘그루밍족’이란 여자 못지않게 피부 관리와 패션 등 외모에 투자하는 남자를 일컫는 말인 것이다. 근래 들어 일반적인 스킨, 로션 외에도 ‘남성 전용’ 클렌징과 BB크림 등 여러가지 화장품들이 출시되어 인기를 얻고 있는 것만 봐도 외모에 대한 남성들의 관심이 한층 높아졌음을 알 수 있다.

<라프린세사> 측은 “남성의 피부는 음주나 담배, 매일 해야 하는 면도, 업무, 스트레스 등 자극에 끊임없이 노출되어 여성에 비해 피부 손상과 수분 손실이 클 수밖에 없다. 특히 모공이 크고 피지가 과다하게 분비되어 각질과 여드름 등 피부 트러블도 많이 발생한다.”면서 남성들에게 인기 있는 시술들을 추천했다.

#### 1. 여드름 없이 깔끔하게 ‘물방울 레이저’

여드름은 과다 분비된 피지가 모공을 막고 그 안에서 불순물과 섞여 세균이 번식해 염증을 일으켜 발생한다. 남성 피부를 괴롭히는 성인 여드름과 여드름 흉터의 치료에는 ‘물방울 레이저’가 효과적이다. 물방울 레이저는 피부 속까지 고주파열을 침투시켜 멜라닌 색소를 파괴하고 진피층의 콜라겐을 리모델링하는 시술로 여드름 흉터 개선 및 모공 축소에 효과가 높다.

#### 2. 잡티 없이 말끔하게 ‘LL’

LL(lime light)은 말 그대로 강렬한 파장의 빛을 이용해 피부 증상을 치료하는 전문치료기기이다. LL은 여러 가지 파장의 빛이 동시에 나오기 때문에 주근깨나 잡티, 잔주름이나 늘어난 모공 등 여러 가지 증상을 동시에 치료할 수 있다. 별도의 회복 기간이 필요 없는 간단한 시술로 눈에 띄는 효과를 볼 수 있어 많은 남성들이 선호하는 시술이기도 하다.

#### 3. 주름 없이 탱탱하게 ‘보톡스 & 필러’

이마와 눈가, 입 주변에 생기기 시작한 열은 주름에는 보톡스와 필러 시술이 있다. 단시간의 시술로 최대의 효과를 누릴 수 있는 보톡스 시술은 조금씩 눈에 띄기 시작한 남성들의 열은 주름을 빠른 속도로 제거할 수 있다는 것이 장점이다. 보톡스와 필러를 병행하면 생긴 지 오래된 주름까지 제거할 수 있다.

#### 4. 피부 타입에 맞는 수분 케어

수분은 어느 피부 타입에서나 중요한 요소이다. 건성피부의 경우 수분과 유분이 적당히 공급되어야 피부가 거칠어지는 것을 막을 수 있고, 지성피부는 각질

제거와 수분 케어에 힘써야 한다. 지성과 건성이 함께 있는 복합성 피부, 예민한 민감성 피부 등도 피부에 맞는 수분 케어가 필요하다.

피부 손상의 진행을 막고 손상된 피부의 재생을 촉진하기 위해서는 피부 노화와 잡티의 주범이 되는 자외선 차단제의 사용을 생활화하고 모공을 넓게 만드는 사우나 이용을 자제하는 것이 좋다. 또한 피부 재생을 방해하는 흡연과 과음을 삼가고 채소, 과일 등 비타민과 미네랄이 함유된 식품을 충분히 섭취해야 하는 것이 좋다.

충분한 수분 공급은 ‘꿀 피부’를 만들기 위해 무엇보다 중요하다. 틈틈이 물을 마셔 수분을 공급하면 노폐물을 배출시켜 피부뿐만 아니라 건강 전반에 큰 도움이 된다. 물을 많이 마시는 것뿐만 아니라 피부에 직접적으로 수분을 공급할 수 있는 제품을 활용하면 피부를 촉촉하게 유지할 수 있다.

◆ 라프린세사: 원장 Sungkey L. Chong M.D.

▶ 문의: (714) 626-0301

▶ 주소: 1401 S. Brookhurst Rd. #111 Fullerton, CA 92833



## 최지호 (NPI: 1225149859) 노인의학 클리닉

# 전화진료 전화처방

바쁜 스케줄때문에 의사를 보기 힘들시다면 전화주세요.  
캘리포니아 메디케어 있으시면  
의료상담과 처방전을 한꺼번에 해결해드립니다.  
(준비물: 본인이름, 전화번호, 생년월일, 주소, 약국이름 주소와 전화번호)



### 최지호 M.D.

가정의학 / 노인의학 전문의

1995 고려대학교 의과대학 졸업  
1996 고대 구로 병원 인턴  
2000 경북 상주 공보의 완료  
2006 플로리다 대학교 가정의학 전공의 수료  
2013 조지워싱턴 대학교 노인학 임상펠로우 수료

#### • 일반 가정의학

상,하 기도 감염, 요로감염, 오줌소태, 방광염, 질염, 처방전 관리 (당뇨, 고혈압, 고지혈, 갑상선) 부비동염, 알레르기 비염, 피부발진 천식

#### • 일반 노인의학

만성 관절염, 급성/만성 요통, 우울증, 불안조조 장애, 어지럼증

#### • 처방약 및 각종 치료제

• 치매 “약화” 예방/기억력 강화제  
• 각종 처방전 파스 (Lidoderm, Flector, Voltaren Gel)  
• 가려움증, 피부질환, 습진 치료제  
• 손톱/ 발톱 무좀 전용 치료제  
• 각종 종합 비타민  
• 최고급 오메가-3  
• 불소 치약  
• ARED-2 눈 비타민

전화/문자/사진

213-340-4799

OPEN 24 hours a day, 7 days a week

Fax. (703) 662-6165

www.immediatehousecalls.com

frontdesk@immediatehousecalls.com