

■ 미용 의학 크리닉 칼럼

스킨 타입과 스킨 컨디션의 차이점을 아시나요?

‘좋은 영양크림을 듬뿍 발라줬는데도 왜 이리 건조하고 당기지?’ 라면서 크림만 자꾸 많이 바르게 된다. 그러나 크림으로는 피부 건조감을 해결하지 못할 때가 많다. 왜냐면 건조해지는 근본적인 이유가 유분보다 수분이 부족하여 생기는 현상이라는 것을 잘 모르기 때문이다. 이런 경우에는 ‘스킨 타입은 무엇인지? 현재 스킨 컨디션은 어떤 상태인지?’ 를 잘 파악하는 것이 중요하다.

스킨 타입은 잘 알아도 현재 스킨 컨디션의 차이를 모르는 사람들이 많다. 그래서 화장품을 선정할 때도 잘못된 선택을 하여 피부에 문제를 일으키기도 한다. 예를 들어, 피부 타입이 지성피부인데 갑자기 피부가 건조해졌다고 수분크림을 많이 바르게 되면 어떻게 될까? 건조함은 해결 안 되고 오히려 얼굴에 뾰루지나 여드름이 올라올 수 있다. 왜냐하면 수분크림이라도 크림으로 만들어지면서 유효가 되기 때문에 100% 수분이 될 수가 없기 때문이다. 이런 피부 타입은 유분이 부족한 것이 아니라 수분이 부족한 것이다. 그러므로 스킨 타입과 스킨 컨디션의 이 두 가지 차이점을 정확히 아는 것이 피부 보호 지혜의 첫걸음이다.

스킨 타입은 선천적인 요소이며 건성 중성, 지성 그리고 민감성으로 구분한다. 피지샘에서 분비되는 오일의 양을 가지고 건성(Dry Skin), 중성(Normal Skin), 지성(Oily Skin) 3가지의 피부 타입으로 나눈다. 또한 모세혈관과 피부 자극도를 가지고 민감성을 측정하게 된다. 스킨 컨디션은 후천적인 요소이며 질환, 스트레스, 건조한 날씨 등에 의해서 피부의 수분에 영향을 주게 되는데 이때 피부 수분 보유량으로 현재의 스킨 컨디션을 파악하게 된다. 즉, 스킨 타입은 피부의 유분기, 스킨 컨디션은 피부의 수분기로 구분하면 쉽게 파악할 수 있다.

건조해진 피부는 피부 표면에 유분이 부족해진 것으로 생각하기 쉽다. 그러나 사실 유분이 부족해진 것이 아니라 각질층에 있는 수분이 부족하게 된 상태이다. 유분은 단지 이 수분이 빠져나가지 못하도록 하는 보호 작용만 하는 것이다. 그래서 수분크림, 영양크림을 많이 발라줘도 수분 충

족이 안 되어 피부의 건조 현상이 해결되지 않는 것이다.

그 이유는 각질층에는 세린(Serine)성분을 포함한 아미노산류의 구성요소를 가지고 있는 천연보습인자(Natural Moisturizing Factor)가 피부 각질층에 있는 10-20%의 수분을 유지시켜주는 작용을 하기 때문이다. 그러나 수분을 흡수하고 방출하는 각질층의 NMF대사작용이 약해져서 10% 이하로 수분이 감소되게 되면 피부건조증과 탄력 저하 및 주름을 형성시키게 되는 것이다.

갈라져있는 메마른 땅이 촉촉해질 때까지 계속 물을 부어줘야 하듯, 건조해진 피부에는 각질층에 있는 천연보습인자(NMF)가 충족될 때까지 수분앰플(Hydrogen)를 발라주어야만 한다. 땅에 물이 어느 정도 차서 넘치면 더 이상 흡수가 안 되듯이 피부의 각질층에서 수분이 어느 정도 충족되면 신기하게도 더 이상 앰플이 들어가지 않게 된다. 피부에는 수분 방어막이 있는데 수분이 충족 되면 더 이상 수분을 흡수하지 않기 때문이다.

또한 수분 유지를 하려면 피부의 pH 5.5 발란스를 유지해야한다. 스킨 타입에 맞추어 세안제, 토너, 로션(크림)등을 선택하고 스킨 컨디션에 따라 앰플이나 옛센스를 선택하여 매일 충분히 발라 주어야만 한다. 천연보습인자(NMF)작용을 위해 각질층을 정리해 주는 아쿠아필 관리와 피부의 면역을 증강시키는 수소토닝 그리고 초음파, 고주파 등의 전문적인 스킨테라피를 정기적으로 받으면 유수분 밸런스 관리를 꾸준히 할 수 있게 된다.

가는 세월을 막을 수는 없어도 고운 피부를 간직할 수는 있다. 그 첫걸음이 스킨 타입과 스킨 컨디션을 정확히 파악하여 피부의 유수분 밸런스를 맞추어 주는 것임을 잊지 말자.

Dr. K Medi Spa
한의학박사 김은희 원장
PhD, DAC, MS, LAc
(714) 204-6652



■ 교육

연봉으로 본 2023년 미국 대학 순위

미국에서 대학 순위를 내는 기관은 많다. 가장 널리 알려진 것은 US뉴스의 대학 순위이지만 US뉴스 외에도 월스트리트저널(WSJ), 포스트브, Niche 등 다양한 기관이 다양한 분야에서 미국 대학 순위를 내고 있다.

이들 기관이 내는 대학 순위는 이들 기관의 기준에 따른 것일 뿐 절대적인 것이 아니다. 그래서 저마다 순위가 조금씩 다르다. 수험생의 입장에서 참고할 사항일 뿐 어느 것도 절대적인 것이 아니라는 사실을 염두에 두어야 한다.

지난 9월 22일 WSJ은 졸업생 연봉으로 본 미국 대학 순위를 보도했다. 졸업 후 연봉 즉, 졸업 후 수입과 관련된 것이니 누구나 관심을 가져볼 만한 순위이다.

1위는 남가주 클레어몬트시에 있는 리버럴 아츠 칼리지인 하버머드(Harvey Mudd College)가 차지했다. 평균 초봉이 8만 5,600달러다. 하버머드 칼리지는 대학 평가기관 Niche의 리버럴 아츠 칼리지 순위에서 1위에 올랐지만 US뉴스 순위에서는 16위에 랭크됐다. 그만큼 각 평가 기관의 평가 기준에 따라 순위가 다를 수 있으며, 대학 순위는 절대적이지 않다는 것을 알 수 있다.

WSJ은 졸업생 연봉으로 본 미국 대학 순위 2위는 MIT로 초봉은 8만 3,600달러였다. 3위는 스탠퍼드 대학으로 평균 연봉은 8만 2,200달러, 4위는 유엔으로 8만 1,800달러, 그리고 5위는 프린스턴 대학으로 8만 1,600달러였다.

그런데 이 랭킹 순위에 하버드 대학은 포함이 되지 않았다. 월스트리트



▲ Harvey Mudd College Campus Building, 사진=hmc.edu

저널의 졸업생 연봉에 따른 미국 대학 랭킹은 Payscale.com에서 제공하는 데이터를 기반으로 하는데, 하버드 대학은 Payscale.com에 데이터를 제공하지 않았기 때문이다.

미래교육연구소(소장 이강렬)가 다른 기록을 통해 하버드 대학 졸업생의 연봉을 확인한 결과 2023년 5월 1일에 학사 학위를 취득한 하버드 대학 졸업생의 평균 연봉은 8만 1,600달러로, 이는 랭킹 1위인 하버머드 칼리지의 평균 연봉과 비슷한 것으로 알려졌다.

다만, 하버드 대학의 졸업생 연봉은 STEM(Science, Technology, Engineering, Math) 분야 전공자의 비율이 높은 Harvey Mudd College에 비해 낮은 것으로 추측된다. 하버드 대학은 인문학 분야가 강한 대학으로, STEM 분야 전공자의 비율이 상대적으로 낮기 때문이다.

6위는 컬럼비아대학, 7위는 예일대학, 8위는 다트머스 대학, 9위는 코넬대학, 10위는 시카고 대학이 각각 차지했다.

11위~20위에는 듀크대학, 카네기 멜론대학, UC버클리, 미시간대학(앤아버), UCLA, 조지아테크, 워싱턴대학, 칼텍, USC, 노스웨스턴 대학이 차례로 이름을 올렸다.

Law Offices of Joseph KW Choen

“정직과 신뢰로 최선을 다해 도와드립니다.”

천관우 변호사 그룹

이민법, 상법, 부동산법 전문

고국에 계신 부모님/배우자 영주권 신청
범죄기록이 있으신 분들의 시민권 영주권 신청, 밀입국하신 미군 부모님, 배우자 영주권 신청

이민법 영주권 (취업 1,2,3순위 이민 - NIW, 국제적기업간부급, 간호사 포함, 결혼 및 가족초청이민, 종교이민) 각종 비이민비자 (H1B, R1, E2, E1, L1, F1, O, P, TN/TD비자 등), DACA, 601A Waiver, 245i 추방유예상당, J1 Waiver, 영주권 인터뷰, 재입국허가서, 영주권 재발급, 시민권 신청
***취업 영주권 상담 / 거절된 케이스 재심 및 항소 신청 / 불체자 구제안 관련 상담 중**

부동산법 상업용 부동산 분쟁해결/강제퇴거명령(이박션)/Title에 대한 분쟁-Quiet the title/각종계약서 작성 및 검토

상법 계약분쟁 소송/각종계약서 작성 및 검토

DACA 연장, 드림법안 및 불체자 구제안 관련 상담 중

프로디 관련 상담

천관우 변호사
서울고·연세대·법학박사
가주 변호사 협회 정회원
이민 변호사 협회 정회원
josephlaw1224@gmail.com

LA Office 213-232-1655
3600 Wilshire Blvd., #1227, Los Angeles, CA 90010

OC Office 714-522-5220
6281 Beach Blvd., Suite 300, Buena Park, CA 90621