

■ 법률 칼럼

2023년11월 영주권 문호

1. 영주권자 배우자와 미성년자녀 문호

영주권자의 배우자와 미성년 자녀의 경우는 10월과 같이 우선일 자동상적으로 I-130 접수일이 2023년 9월1일 이전인 경우는 영주권 신청서(I-485)를 접수하실 수 있습니다. 그리고 승인 가능일 자도 2019년 2월 8일로 지난달에 비해서 약1년1개월 정도 전진이 있습니다.

2. 취업 3순위 전문직 문호

3순위 전문직의 국무부 접수 가능일(우선일자: 2023년 2월1일)로 지난 10월과 같습니다. USCIS도 같은 날짜를 따른다고 공표했습니다. 그러므로 우선일자(Priority date: 폼접수일)가 2023년 2월1일 이전인 경우는 폼 승인 후 I-140과 I-485를 함께 접수할 수 있습니다. 승인 가능일은 2021년 12월1일입니다. 지난달과 같이 우선일자(PERM 파일 날짜)가 2021년 12월1일 이전이면 영주권 승인이 가능합니다.

3. 취업 3순위 비숙련 문호

USCIS filing chart에 따르면 2020년 12월15일을 접수 가능일로 쓰도록 되어 있어서 priority date(폼 접수일)가 2020년 12월15일이거나 이전인 경우는 I-140과 I-485를 동시 접수하실 수 있습니다. 승인 가능일은 2020년 8월1일입니다 (3개월 전진). Priority date이 2020년 8월1일 이전이면 이민관이 심사를 마친 경우 영주권을 승인해 줄 수가 있습니다.

4. 취업2순위 문호

2순위 경우는 우선일자가 2023년 1월1일 이전인 경우 I-485를 접



수하실 수 있습니다. 그리고 승인 가능일은 2022년 7월15일로 우선일자가 2022년 7월15일 이전인 경우는 심사가 끝나면 영주권을 승인 받을 수 있습니다. 승인 가능일은 7일 전진하였습니다.

5. 종교이민 문호(안수직)

종교이민의 경우 지난달과 같습니다. 우선일자(I-360 접수일)가 2019년 3월1일 이전인 경우만 I-360 승인시에 영주권 신청서 접수가 가능합니다. 접수 가능일은 5개월 전진하였습니다. 승인 가능일도 2019년 1월1일로 4개월 전진이 있었습니다.

** 비안수직의 경우는 영주권 접수일은 안수직과 동일하게 2019년 3월1일이 우선일자인 경우는 영주권 접수가 가능합니다.

사진=shutterstock

Law Offices of
Joseph KW Cho
천권우 변호사

- LA Office: (213) 232-1665
- OC Office: (714) 522-5220

매주 첫째주 월요일 라디오 코리아 이민상담 진행



■ 전문의 칼럼

퇴행성 관절염에 대하여

인간의 모든 기관은 노화 과정을 겪게 되어 있으며 관절 또한 예외는 아닙니다. 특히 의학의 발전과 함께 노령 인구가 늘면서 퇴행성 질병을 앓는 분들도 늘어나고 있습니다. 손가락이나 무릎의 경우 일상생활에서 가장 많이 사용되는 관절이기 때문에 퇴행성 관절염이 더욱 쉽게 생길 수 있는 부위입니다. 대부분의 퇴행성 관절염은 나이가 들면서 관절을 반복적으로 오래 사용하게 되기 때문에 생기며, 비만이나 과도한 운동으로 관절에 과부하가 생길 경우 젊은 나이에도 생길 수 있습니다.

퇴행성 관절염은 뼈 사이의 쿠션 역할을 해주는 연골이 점점 닳게 되면서 뼈와 뼈가 부딪혀 염증과 통증을 유발시키는 질환입니다. 관절염 초기에는 주로 경구 및 국소 약물, 관절 내 약물 주사 혹은 물리치료 등의 보존적 방법으로 증상을 호전시키는 치료를 합니다. 과도한 체중은 관절에 무리를 주기 때문에 체중 조절도 중요한 치료 방법 중 하나이고, 몸무게를 10% 정도 줄이면 통증을 약 50% 정도까지 감소시키는 효과가 있습니다.

퇴행성 관절염의 진행을 늦추기 위해서는 평소 꾸준한 관리를 통해 연골을 지켜야 합니다. 나이가 들어서 하는 고강도의 운동은 무릎 관절을 손상시킬 수 있어서 자제하여야 하지만 적당한 강도의 근력 운동은 관절 주위의 근육과 인대를 강화시켜 관절을 보호해 주기 때문에 필수적이라 할 수 있습니다. 특히 관절염 환자에서는 실내 자전거나 물에서 하는 아쿠아로빅 등이 관절에 부하를 최소화 하면서 근력을 강화시킬 수 있는 좋은 운동입니다.

약물 치료는 캡사이신 크림이나 볼타렌젤 등의 경피(topical) 제품이 경구형(oral) 약품에 비해 부작용이 적기 때문에 선호되고 효과가 없을 경우 이부프로펜이나 나프록센 등의 경구형 비스테로이드성 진통제를 사용할 수 있습니다. 하지만 경



구형 비스테로이드성 진통제는 신장질환이 있는 경우에는 사용이 제한되고 특히 시니어의 경우에는 심장, 신장, 간, 소화기관 등 여러 장기에 부작용을 일으킬 수 있기 때문에 장기 복용은 권장하지 않습니다. 이럴 경우 돌록세틴(Duloxetine) 등의 세로토닌 노르에페니프린 재흡수 억제제(SNRI) 계열의 약물이 좋은 대안이 될 수 있습니다. 글루코사민 등의 보조제를 먹는 것이 관절염에 도움이 되는지 물어보시는 환자분이 많으신데, 사실 의학적으로는 이런 보조제가 관절염 통증을 완화시킨다는 증거가 없기 때문에 드시라고 권유 드리지는 않습니다. 다만 이런 보조제의 경우 부작용이 대부분 미미하고 개인에 따라 효과를 느끼는 분들도 있기 때문에, 환자분이 선호하면 드시는 것을 반대하지는 않습니다.

보존적 치료로도 통증이 관리되지 않을 경우 수술적 요법을 고려할 수 있는데, 관절경 수술이나 인공관절 치환술 등의 방법이 있습니다. 치료 방법은 환자 개인의 건강 상태나 병력에 따라 달라질 수 있으니, 꼭 주치의나 정형외과 선생님과 상의하여 같이 치료 계획을 세우는 것이 중요합니다.

사진=shutterstock

김성현 내과 보드전문
(714) 562-9139
6131 Orangethorpe Ave, #150A
Buena Park, CA 90620



각종 디스크 및 협착증세 치료 최고 권위 전문의!

디스크 협착증 증세로 고통 받는 분들이 수술 않고, 통증 없는 치료 후 기적 같으며 기뻐하고 만족해 하는 모습 보며 큰 보람을 느낍니다.

목·허리 디스크 탈출증 / 좌골신경통 / 퇴행성 디스크 / 척추관협착증 / 만성요통

* 각종보험 및 메디케어 환영 (HMO Group : SMG, CENTER 환영)

진료과목 (각종 근육, 신경장애 및 스트레스성 통증)

- 머리** 두통/어지럼증/안면마비증세
- 목** 목 디스크 (팔과 손가락 통증 및 마비증상 동반) / 목 통증 및 뻣뻣한 증상
- 어깨** 굳거나 빠진 통증 / 어깨가 안들어가는 증상 (Frozen Shoulder) / 오십견 / 견비통
- 등** 척추측만증 (Scoliosis) 특수교정 (특히 초등학교때 조기 검진중요)
- 허리** 허리디스크 및 협착증 (엉치, 다리, 발바닥 및 발가락 저림, 마비증상 동반) / 퇴행성 관절염 / 요통 / 산후 허리통증
- 팔** 팔꿈치 통증 / Tennis Elbow / 손목 / Carpal Tunnel Syndrome / 손, 손가락 저림증 및 무감각 증상
- 다리** 좌골신경통 (다리, 발바닥, 발가락 통증, 저림 및 마비증상 동반) / 무릎통증 / 발목통증 / 변증상

교통사고
직장사고
운동사고 및
각종 일반 사고
후유증 전문치료

• 31년의 풍부한 임상경험
• 흉내 낼 수 없는 풍부한 의학 지식
• DRX 9000 (최첨단 디스크 감압치료기) 위에 3가지가 모두 함께 공존하며 운동준원장이 직접 정성으로 치료하기에, 정확한 진단과 누구도 흉내 낼 수 없고 따라올 수 없는, 높은 성공률의 각종 디스크 치료의 "최고 권위 전문의"로 잘 알려져 있습니다.



Dr. 윤동준
서울대학교 / UC Irvine
LA 척추신경의대
CA척추신경보도 전문의
CA척추신경협회 정회원
미주척추신경협회 정회원
가든 그로브 개업 31년



윤동준 척추신경 병원 714.539.1717
12620 Brookhurst St. #5, Garden Grove

