

# '3W'하는 그녀...피부가 예쁘다

(보습(Water)·세안(Washing)·미백(Whitening))

## 환절기 피부관리 이렇게

세안 후 3분 이내 물기 머금고 있을때 보습해야  
지성피부는 주 2~3회 각질 제거하는 것이 좋다



일교차가 커지고 날씨가 건조해지는 가을에는 여름 무더위와 휴가 야외활동을 지친 피부와 두피, 모발을 세심하게 관리해야 한다. 피부의 경우에는 수분을 관리하는 보습을 비롯해 세안, 미백에 특히 신경을 써야 한다. 스포츠동아 DB

쉽게 끝나지 않을 것 같던 무더위가 거짓말처럼 사그라들었다. 가을로 넘어가는 문턱인 요즘, 그동안 폭염과 여름휴가로 지친 모발, 두피, 피부 등을 챙겨야 할 시기다. 일교차가 커지고 날씨가 건조해지는 가을에 자칫 관리에 소홀하면 큰 후회를 할 수 있다.

휴가를 다녀온 후, 피부관리는 정성을 다하면서도 모발 케어는 소홀한 사람들이 많다. 수분과 탄, 노폐물이 뒤엉킨 상태에서 자외선을 받으면 두피가 민감해지고, 큐티클 층이 손상되어 푸석하고 건조한 모발이 되기 쉽기 때문에 철저한 관리가 필요하다.

모발과 두피를 관리하기 위해 필요한 것은 첫째 야외활동으로 뜨거워진 두피를 시원하게 진정시켜주는 것이다. 두번째로 매일 감는 머리지만 여름 휴가를 마친 이후에는 순한 제품을 사용하여 두피 구성요소 꼼꼼하게 세정해 주는 것이 좋다.

또한 한 번 손상된 모발은 회복을 위해서는 세심한 관리가 필요하다. 요즘은 바쁜 현대인을 위해 수면을 취하는 동안 영양을 집중적으로 공급해주는 나이트캡 계열의 제품들이 나와 있다.

환절기에 가장 많이 신경을 쓰는 것은 피부 관리다. 건강한 피부를 유지하려면 보습(Water), 세안(Washing), 미백(Whitening) 등 3W를 지키는 것이 중요하다.

가을철 피부는 수분이 부족해 당기고 건조함이 느껴지는 게 특징이다. 피부미인이 되려면 부족한 피부 수분도를 높여주는 것이 중요하다. 세안 후 3분 이내

에 보습을 하는 게 좋다. 보습은 피부가 물기를 조금 머금고 있을 때 해야 효과가 배가 된다. 여름처럼 샤워를 자주하면 피부가 건조해지기 쉬우므로 일주일에 3~4회로 줄이는 것이 좋다.

여름에서 가을로 넘어가는 시기에는 피부 표면이 거칠어지고 메이크업도 들뜨기 시작한다. 적절한 세안으로 각질을 제거해 매끈한 피부를 유지하는 것이 중요하다. 각질 제거는 따뜻한 스팀 타월을 얼굴에 2~3분간 올려 목은 각질을 부드럽게 만든 후 각질 전용 제품을 이용한다. 건성피부는 피지가 많은 T존 부위를 중심으로 각질을 제거한다. 지성피부는 각질이 모공을 막아 여드름과 같은 트러블을 유발할 수 있어 1주일에 2~3회 정도 각질을 제거해 주는 것이 좋다.

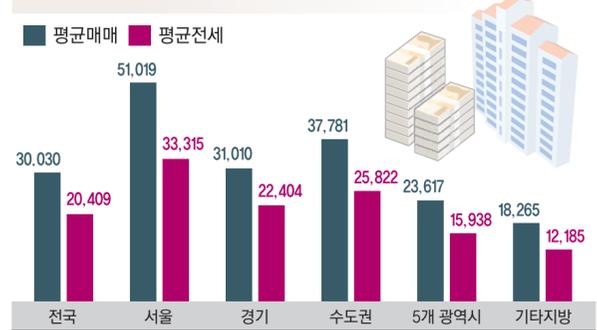
여름에는 누구나 자외선 차단에 신경을 쓰지만 가을 자외선은 인식을 잘 하지 못한다. 가을철 자외선을 장시간 쬐이면 여름철에는 없었거나 희미했던 기미와 주근깨가 본격적으로 자리 잡을 수 있다. 자외선차단지수 15이상의 차단제는 기본으로 사용하되 외출이 많은 날에는 SPF 30이상을 사용한다. 자외선차단제는 외출하기 30분에서 1시간 전에 꼼꼼히 발라준다. 야외활동 시에는 여름과 똑같이 모자와 양산을 이용하는 것이 좋다.

조이스피부과 최광호 대표원장은 "밤 10시부터 새벽 2시 사이에 피부 세포가 활발히 재생하므로 충분한 수면을 취하고 피부탄력을 유지하고 주름을 예방하는 콜라겐 생성에 필요한 비타민 C와 E가 많은 음식을 챙겨먹는 것이 좋다"고 조언했다.

김재범 기자 oldfield@donga.com

## 데이터로 보는 경제 8월 지역별 주택 평균 매매, 전세가격 (단위: 만원)

30일 KB국민은행의 '8월 전국 주택매매·전세시장 동향'에 따르면 주택 매매가격은 평균 3억 30만원으로 아파트, 단독·연립주택 모두 상승한 것으로 나타났다. 상승률은 아파트가 0.65%로 가장 높았고 단독(0.55%), 연립(0.53%) 순이었다. 서울이 평균 5억1019만원으로 평균매매가가 가장 높았다.



※ 자료: KB국민은행

### 날씨와 생활

8월 31일 화요일 (음력 7월 29일)

서울 80/80	인천 80/80	강릉 80/60
16 / 19	16 / 19	18 / 23
대전 60/60	청주 70/60	울릉도 20/20
18 / 23	18 / 22	18 / 21
광주 20/60	춘천 80/80	대구 20/20
19 / 27	16 / 19	19 / 26
제주 30/30	전주 20/20	부산 20/20
22 / 30	20 / 26	20 / 27

해돋이 06:01 / 해질 19:03 / 달뜨기 04:39 / 달지기 18:21

산 날씨	바다 날씨	미세 먼지
북한산 17/21	인천송도 19/21	서울 28 보통
설악산 18/23	제주도 19/21	부산 29 좋음
오대산 14/18	경포대 18/23	대구 19 보통
계룡산 17/24	속초 19/22	인천 34 보통
속리산 15/23	대전 18/24	광주 35 좋음
소백산 15/20	안남도꽃지 18/23	대전 30 좋음
팔공산 19/28	부산반도 19/27	울산 28 좋음
지리산 16/26	거문도 21/27	경기 38 보통
덕유산 15/26	칠보 19/27	강원 28 보통
내장산 18/26	해운대 20/28	충북 20 보통
한라산 15/22	제주도 22/27	경남 30 좋음

### 주간 날씨 (최저/최고기온)

09/01(목) 서울경기 20/29	영동 18/29	충청 20/28	호남 22/29	영남 23/28	제주 23/30
09/02(금) 서울경기 23/28	영동 21/26	충청 22/28	호남 23/28	영남 23/26	제주 24/29

## 5세대 방식 '질매직캡수술'이란?

부부간의 성관계는 단순히 임신과 출산만을 위한 것이 아니다. 쌍방 간의 즐거움과 유대를 위해 만족스러운 성관계가 필요하다. 이를 위해 여성들이 이쁜이 수술을 고려하지만 여러 가지 이점들이 불리고 무수 차이점이 있는지 뭐가 어떻게 다르지 알기 어려워 쉽사리 수술을 결정하지 못한다.

이쁜이수술은 보형물을 삽입하지 않거나 특수 인체용 보형물을 삽입하는 두 가지 방법이 있다. 전자는 예전부터 진행했던 방식이다. 질타이트닝수술, 후방 질수술, 질근육레이저수술, 골반근육수술 등을 말한다. 2세대 방식으로 질벽을 절제하거나 박리한다. 후자는 얇은 점막 층에 삽입하는 임플란트질성형수술, 질스프링수술과 질근육층에 삽입하는 질매직캡수술로 나눌 수 있다.

가능하다. 2~4주 정도 회복기간 뒤에는 성관계도 가능하다. 질 조직을 잘라 내거나 벗겨내지 않아 성강대가 보존되고 질의 분비물이 개선되는 결과도 나타난다.

평생 몸에 지녀도 질성형의 부작용인 질 분비물의 고임이나 염증 현상이 거의 생기지 않는 무해한 재료다. 제거를 원할 경우 후유증 없이 제거 가능하다. 이전에는 수술 후 삽입한 재료가 빠지는 경우가 종종 있었지만, 질매직캡은 질근육층에 삽입하기 때문에 빠지지 않는다. 다양한 장점을 가진 질매직캡은 오랫동안 수많은 임상테스트를 거쳐 FDA와 KPDA에서 안전성이 공인된 고도의 탄력성과 신축성을 가진 의료용 매직캡을 이용하는 수술법으로서 안심할 수 있다. 질매직캡수술은 여성이 나이가 들면서 나타나는 다양한 증상도 개선시켜준다. 질방귀 소리와 자궁탈출도 교정해준다. 질 속 중간까지 자궁이 내려오는 것을 자궁탈출증 혹은 자궁하수증이라고 부르는데, 이를 다시 올릴 수 있다. 이는 자궁염증이나 자궁경부암, 자궁암 등을 예방하는 데 도움이 된다. 질매직캡은 여성의 건강과 성기능 두 가지를 모두 개선할 수 있어, 최근 여성들이 많이 찾는다. 보다 안전하고 효과적인 수술을 위해서, 검증된 여성의원에서 수술 받을 것을 권한다.



노블레스여성의원 박정민 원장

●보다 안전한 재료와 방법으로 시행되는 '질매직캡' 수술 주목해야 할 것은 질매직캡수술이다. 삽입하는 방식을 업그레이드한 3점의 질촉수 5세대 방식이다. 한 개의 매직캡이 들어간 부위 양뒤로 2cm 정도의 질벽 부분을 같이 잡아당겨주는 특수 텐션효과를 통해 입구부터 자궁경부 근처까지 전체를 확실하게 좁혀준다. 다양한 장점이 있다. 1cm의 레이저 최소절개를 통해 수술시간을 최소화했다. 손상이 적어 통증 또한 많이 없으며 당일 퇴원도

## 랩 시리즈 '맥스 LS 매트 리뉴얼 로션' 출시

남성 전문 스킨케어 브랜드 랩 시리즈가 지성 피부 위한 유분 컨트롤 로션 '맥스 LS 매트 리뉴얼 로션'을 출시한다. 새로 선보이는 '맥스 LS 매트 리뉴얼 로션'은 유분기를 잡아주는 파우더와 수분공급, 각질제거, 주름 개선 등 하이테크 성분을 가미한 '일루메트 테크놀로지'를 적용했다.

랩 시리즈는 이번 신제품 출시를 앞두고 세계에서 가장 색시한 수학 교수로 유명한 피에트로 보셀리를 글로벌 엠버서더로 발탁했다. 랩 시리즈 '맥스 LS 매트 리뉴얼 로션'은 랩 시리즈 백화점 매장도 공식 홈페이지에서 구입할 수 있다. 제품에 대한 자세한 문의는 고객 지원센터로 하면 된다.

김재범 기자 oldfield@donga.com

## 화장품 브랜드 잉글롯 9월부터 국내 판매

글로벌 화장품 브랜드 잉글롯(INGLOT)이 한국시장에 진출한다. 잉글롯의 HD 퍼펙트 커버업 파운데이션은 해외에서 메이크업 아티스트, 뷰티 블로거, 유튜버들 사이에서 강력한 커버력으로 좋은 반응을 얻고 있다. 화이트 트러플(송로 버섯의 일종) 추출물인 베타 글루칸과 플라보노이드 성분이 피부 당김 없이 촉촉함을 유지시켜 주며, 저자극성으로 민감성 피부 및 어떠한 피부타입에도 사용가능하다. 잉글롯 HD 커버업 파운데이션은 9월부터 청담동 잉글롯(INGLOT) 메이크업 스튜디오와 자사몰에서 판매를 시작한다.

김재범 기자 oldfield@donga.com

### 강한남자

8월 출시(USB/비디오/DVD)  
소설/만화/잡지 인형(남/여)  
B,C1등6만(2등10만)조류방지5에무기5등보통5  
정력복음5화장기5켄터15 성애관함모든상당  
010-3981-7115

### 강한남성

마둑이.맛고.포커  
★효과100%후불제★  
미제 정 환통(30정)  
품 은박(32정)  
5일지속 / 각종캡슐  
두통,홍조,쓰림없음  
010-5906-0667

### 강한남자

미국정품  
효과100%  
\*1회복용 5일지속/캡슐(천연성분)\*아르젠  
카드가 010-7600-4116

### 고개속인 남성 "썬터치"가 인기!

■광고사전 심의필증  
심의번호 2008-97-09-0065  
(의료기기 제조 품목허가 취득)  
·제조허가 no 제802호  
·품목허가 no 제2000-1호

최근 만년필처럼 생긴 '썬터치'(발기 유발제 약물주입기)가 큰 인기를 끌고 있다. 그동안 발기부전에 사용하는 약물은 직접 주사하는 부담 때문에 기피하여 왔었는데 이를 '썬터치'라는 제품으로 문제를 해결할 수 있게 된 것이다. '썬터치'는 바른 하나로 간단히 약물(약물)은 병, 의원

에서 처방(항)을 자동으로 주입하는 의료기기이고 불펜처럼 작아 휴대가 편하다. 또한 조직이 쉬워서 누구든지 편하고 반영구적으로 사용할 수 있는 점이 제품의 장점이다. (약물 효능은 병, 의원으로 문의)  
문의 (서울)02-2279-4656 (부산)051-808-7411 BT코리아

### 당당한 자신감!

## 남성 수술 상담

음경 길 이 + 귀 두 조루수술

- ★주사요법 확대
- ★대체 진피이식술
- ★포경·무도정관수술
- ★각종 이물질 제거 (바세린 등)
- ★음경만곡증 (성기형) 교정술
- ★발기부전수술 (임플란트 시술로 성생활 가능)

※ 수술 당일 샤워, 일반적인 생활 가능

### 천호역 뉴맨남성의원

# 02)477-7523

위치: 5호선 천호역 2번출구 한국투자증권 3층

# 70세~80세

## 약한발기

1캡슐 3~6일 지속효과  
미국 FDA승인, 천연제품  
USA 아미노젝스 20캡슐  
30캡슐 한통 최저가  
효과 100% 보장

수입정품 \*유사상품주의\*  
농협 351-0887-8717-63 박경순  
010-6445-4123

## 내안의 여인

독신남성을 위한 최고의 선물!!

100% 국산품  
폴리우레탄 원단은 가볍고 부드러운 탄력이 강한 무독성으로 절대 터지지 않는 정품!

공기인형 100%국산품 19만원

♥ 진동 · 신음소리까지! ♥

고려율산의 오랜 노하우를 살려 남성분들의 4가지 고민 해소를 위해 국내 최고의 순금 도금 링을 저렴한 가격으로 모시겠습니다.

빅맨 순금링 1층 3만원 2층 세트 5만  
도우미걸(소) 3만  
도우미걸(대) 9만

고려율산 공장직영 판매!  
상담 전화 010-2655-1326 010-5608-1237  
농협 302-0895-9522-41 고려율산