

단돈 4000원에 헤어클리닉...이전 사야해!

가성비 높은 '탕진잼 뷰티아이템'

미장센 헤어 마스크팩, 손쉽게 손상 모발 관리
해피바스 핸드버터, 저자극·풍부한 보습 효과



최근 SNS를 중심으로 '탕진잼'이 유행이다. '탕진하다+제미'를 합친 신조어다. 주머니 사정이 팍팍한 젊은이들이 비교적 뷰티 부담이 덜하고 가성비비가 높은 아기자기하고 소소한 상품을 아낌없이 구매하면서 만족을 느끼는 것을 말한다. 경기침체와 청년 취업난 속에서 적은 비용으로 최대한 높은 만족감을 얻으려는 2030세대의 욕구가 투영된 최근의 소비 트렌드다.

'탕진잼'의 인기 품목은 단연 뷰티 아이템이다. 실용성이 높고, 품목과 가격대도 다양해 '탕진잼'을 추구하는 사람들의 컬렉션과 '득템' 욕구를 잘 충족시켜준다. 탕진잼 소비자들을 위한 1만 원 이하의 가성비 최고 '뷰티 탕진잼' 리스트를 소개한다.

●**착한 가격과 용량, 슈퍼푸드 성분 헤어 트리트먼트**
칼바람과 건조한 실내환경 때문에 윤기를 잃어가는



머릿결을 관리하려면 헤어 트리트먼트를 해야 한다. 착한 가격과 용량, 헤어에 좋은 슈퍼푸드 성분이 든 트리트먼트는 가성비 대비 최대효과를 누리는 탕진잼 아이템이다. 프레시팝 '그레놀라 레시피 트리트먼트'는 1만원이 안되는 가격(9900원)과 180ml의 용량을 자랑한다. 거칠고 푸석해진 모발을 돌보는 고영양 트리트먼트다. 퀴노아, 마카다미아, 호두, 꿀 등 항산화 물질이 풍부한 슈퍼푸드 성분이 들어있다. 견과류와 꿀을 농축시킨 듯한 촉촉한 제형으로 사용이 간편한 튜브 타입 용기에서 제품을 덜어 모발에 바르고 1, 2분 뒤 행귀내면 부드러운 머릿결을 느낄 수 있다.

●**4000원 헤어 마스크팩으로 손상된 모발을 케어**
헤어샬롱에서 클리닉을 받고 싶지만 비싼 가격 때문에 망설여진다면 헤어 마스크팩으로 눈을 돌려보자. 저렴한 가격으로 부담이 없고, 사용법이 어렵지 않아 한 번의 사용만으로 특별 케어를 받은 듯한 느낌이 든다. 미장센 '퍼펙트 리페어 헤어 마스크팩'의 가

격은 4000원. 집에서 헤어샬롱 트리트먼트 효과를 느낄 수 있는 일회용 스티프 헤어 마스크팩이다. 내장된 헤어 캡에 오일과 트리트먼트가 있어 혼자 손쉽게 손상된 모발을 집중 관리할 수 있다. 스티프 헤어 마스크 캡을 모발 전체에 감싼 뒤, 영양이 잘 흡수되도록 마사지하고 5~15분 뒤 씻어내면 한층 매끄러운 머릿결을 확인할 수 있다.

●**촉촉한 손 완성해주는 컴팩트한 핸드버터!**
건조한 겨울철에 자주 사용하는 핸드 케어 제품도 탕진잼을 얻기 좋은 상품이다. 기존 핸드크림의 보습능력이 아쉬웠다면, 속 깊은 보습을 전하는 핸드 버터를 추천한다. 해피바스 '펠링 핸드버터'(8000원)는 체온에도 부드럽게 녹는 버터 제형이다. 기존의 핸드크림으로는 부족했던 보습력과 영양감을 채워주는 제품이다. 공에서 추출한 '펠링 소이 버터'는 자극이 적고 풍부한 보습효과를 선사한다. 피부 진정 효과가 있는 가드니아 성분이 건조해서 예민해진 피부를 부드럽게 진정시킨다. 비타민 E와 갈색 성분이 손은 물론 손톱 끝까지 촉촉하게 보호한다.

김재범 기자 oldfield@donga.com

배뇨장애 일으키는 전립선염, 한방치료 효과 굿

치료 미루면 성기능 장애 등 합병증



전립선은 남자에게만 있는 생식기관이다. 방광의 아래에서 요도가 시작되는 부위를 고리 모양으로 감싸는 밤불 형태의 조직이다. 배뇨기능과 성기능에 중요한 역할을 한다. 전립선을 제대로 관리하지 못하면 남성에게 중요한 삶의 질을 크게 떨어뜨리는 전립선염이 발생할 가능성이 높다.

전립선염은 50세 이하에서 가장 흔하게 발견되는 비뇨기 질환이다. 대표적인 원인은 요도의 입구로부터 대장균이 전립선으로 상행 감염하는 것. 방광에 저장된 소변이 전립선으로 역류하는 것 등이다. 자가면역질환, 부적절한 성관계, 신경학적 이상을 원인으로 해서 전립선염이 일어날 수 있다.

전립선염의 증상은 크게 배뇨장애와 통증, 불편감으로 나뉜다. 배뇨장애는 약뇨, 빈뇨, 배뇨곤란 등이 있다. 통증과 불편감은 허리나 회음부, 직장, 항문, 고환, 성기 바깥쪽에서 나타난다. 제대로 치료하지 못하면 성기능 장애나 우울증 같은 합병증이 동반될 우려가 있다. 전립선의 염증이 사정관을 자극해 사정 조절이 어려워지는 조루 증상, 전립선 주변조직의 압박을 야기해 음경으로 가는 혈액과 신경을 눌러 발기부전 증상을 일으킬 수 있다. 게다가 전립선염은 대부분 치료가 잘되지 않고 자주 재발한다.

●**전립선염, 한약이나 약침 등의 한의학치료가 효과적**
만약 장기간 전립선염이 심하게 진행되었다면 시급히 전문의와 상담하고 적절한 치료를 받아야 한다. 치료법으로 흔히 항생제 복용을 떠올리지만 무차별적인 항생제의 장기복용은 또 다른 후유증을 남길 수도 있다. 그러므로 환자의 체질과 질환의 원인에 따라 처방을 달리하는 한의학적인 방법으로 치료하는 것이 보다 효과적이다.

한의학은 생명의 종합적인 현상을 동적으로 관찰함으로써 생명력을 근본적으로 배양하고 건강을 증진시키는 동양의학이다. 대표적인 치료법으로는 한약과 약침요법이 있다. 한약은 한의학의 기본이론을 바탕으로 질병의 예방이나 치료를 위해 사용하는 천연물이나 가공된 약재를 혼합, 조제한 약물이다. 진기를 기르고 원기를 보해 성기능을 활성화시켜주는 효능이 있다.

약침요법은 다양한 방법으로 제조된 약침 액을 질환과 연관된 경혈에 주입해 생체의 기능을 조정하는 시술법이다. 가장 큰 특징은 경혈의 자극 수단으로 한약재를 사용한다는 것이다. 전립선염에는 주로 발에서 추출한 봉독을 인체에 무해하게 정제시킨 뒤 사용한다. 봉독은 혈류의 개선과 항염증 작용에 탁월한 효과를 보이며, 과민해진 감각을 개선해주는 효능이 있다.



이지스한의원 대구점 석명진 원장

엘애피코스메틱 '메디힐 골프단' 창단



마스크팩 브랜드 메디힐을 운영하는 엘애피코스메틱은 '메디힐 골프단'을 창단한다. LPGA, JLPGA 등에서 활약 중인 유소연, 김나리, 최혜용, 이다연, 김지은 등 5명의 한국 선수들을 주축으로, 중국 국가대표 출신 시유팅과 장웨이웨이 등 7명으로 구성했다. 2년 동안 선수 특성에 맞는 훈련 프로그램 운영과 함께 성적 인센티브 등을 지원할 예정이다. 골프단 공식 창단식은 강서구 등촌동 엘애피코스메틱 신사옥이 완공되는 4월 초에 한다.

코리아나, 럭키박스 증정 이벤트



코리아나화장품은 자사 베스트셀러 제품을 구입한 소비자들에게 최대 27만원 상당의 럭키박스를 증정하는 이벤트를 진행한다. 코리아나 럭키박스는 1월 한 달 동안 라비다 콜라겐 솔루션 크림과 세럼 등 코리아나화장품 베스트셀러 다섯 가지 제품 가운데 하나를 구입하는 소비자들을 대상으로 한다. 박스 안에는 2017년 신제품인 콜라겐 솔루션 아이 크림을 비롯해 자인 생키 진 황금애플 등 각종 인기 제품들로 구성됐다. 이벤트는 전국 250여개의 뷰티센터와 온라인 뷰티센터(www.beautycenter.co.kr)에서 진행된다.

김재범 기자

■ 동성

조현준 효성 회장 공식 취임



조현준(49) 효성 회장이 16일 공식 취임하며, 효성의 3세 경영 시대를 열었다. 조 회장은 이날 경기 고양시 벽제기법관에 있는 효성 창업주 조 조흥재 선대회장의 묘소에서 추모식을 연 뒤 서울 마포 공덕동 효성 본사에서 취임했다. 이날은 조흥재 선대회장의 기일이자 조 회장의 생일이기도 했다. 조현준 회장은 지난해 12월 29일 부친인 조석래 전 회장의 뒤를 이어 회장으로 승진했다. 조석래 전 회장은 고령과 건강상 이유로 회장직에서 물러나면서 등기이사직만 유지했다.

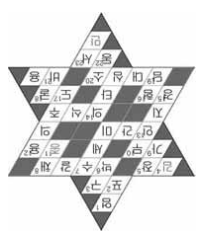
■ 퍼즐정답

씨앗을 골라서 받음. 10. 사람이 살고 있지 않는 외진 곳. '무○지○' 12. 어떤 일을 할 마음이 두루 미친다는 뜻으로, 마음의 준비가 두루 미쳐 빈틈이 없음. '○의○도' 14.남에게 의지하려는 마음. 16.남의 흠을 들추어 힐뜯음. 또는 그런 말. 18.소금에 약간 절여 통째로 말린 조기. 20.사람들이 놀라거나 흥분하여 시끄럽게 발서거리고 떠들며 대는 일. 23.경제적으로 중류 이하의 넉넉지 못한 생활을 하는 사람.

■ 퍼즐정답

단어 이어가기:
낱말을 모두 쓴 다음 ★칸의 글자를 차례로 이어 놓으면 여러 분이 잘 아시는 스타 이름이 됩니다.

WWW.경동광고퀴즈.kr
WWW.매직스도쿠.kr



날씨와 생활 17일(화요일)									
서울	0/10	인cheon	0/10	강릉	0/0	대전	0/10	청주	0/10
-5 4		-4 3		-2 8		-7 5		-8 4	
광주	10/10	전주	10/10	제주	20/20	지역	강수 확률 (오전/오후)	강원	10/10
-4 6		-6 4		1 8		날씨	최저 최고기온℃	-2 7	
부산	10/10	대구	0/10	울산	10/10	충청	0/10	0 10	
-3 8		-5 6		-2 7		해돋이	07:45	해질	17:39
0 10		0 10		0 10		달돋이	22:47	달집	10:41

박경호의 운수 좋은 날 1월 17일(화요일) 음력:12월 20일

쥐 행운색:흰색	오늘의 마음:쾌청, 상쾌, 운세: 무르익은 기운을 바탕으로 결실의 탐을 쌓는 형상이다. 기본기와 경륜이 탁월하여 자신의 재능 부문에서 빛을 발하게 된다. 단, 힘으로 밀어붙여서는 안 된다. 길방:서
소 행운색:흰색	오늘의 마음:구름, 자유 추구, 운세: 항상 자신의 주장보다는 주위의 의견을 수렴하여 지혜롭게 임하는 자세가 필요하다. 마음은 있어도 몸이 따르지 않는다. 취침 시 북서쪽으로 머리를 향하라. 길방:서
호랑이 행운색:검정	오늘의 마음:여우비, 겨우 해결, 운세: 정신적 혼란으로 실수를 자주 할 수 있는 날이다. 변화의 과정에 있어서는 독자적 행동보다 인간적 유대관계에 마음을 쓰는 것이 유리하다. 길방:북
토끼 행운색:검정	오늘의 마음:먹구름, 가시밭길, 운세: 때사에 애로가 따르니 성급하게 나서지 말고 돌파구를 찾으려 노력하라. 정래를 봐서 거래에 투자하라. 느긋한 기다림만 이 좋은 자리를 차지할 수 있다. 길방:북
용 행운색:흰색	오늘의 마음:파도, 힘이 넘친다, 운세: 별로 진척이 없는 시기이므로 무엇을 이루기에는 시간적 여유를 필요로 한다. 소극적으로 행동하라. 현재는 고독하나 어느 날 갑자기 뜰 것이다. 길방:서
뱀 행운색:청색	오늘의 마음:쾌청, 힘찬 하루, 운세: 금전적인 이득과 함께 이성이나 귀인의 도움이 따른다. 자신감을 가지고 시작하라. 방해물이 없다. 자신의 명예에 관한 행동이나 금전관계도 원활하다. 길방:동
말 행운색:청색	오늘의 마음:여명, 일출 직전, 운세: 어두운 밤길에 달빛이 나타난 격이다. 금전의 융통이나 어려움의 해결은 용피에게 부탁하라. 오늘은 상속이나 묵은 돈이 들어오는 황재수가 있는 날이다. 길방:동
양 행운색:흰색	오늘의 마음:무지개, 소망 많다, 운세: 마음을 비우고 조용히 관망하라. 진급이나 사업의 발전을 위해서는 많은 노력과 정성과 활동이 필요하다. 궁즉통이라고 새로운 돌파구를 찾는 시기이다. 길방:서
원숭이 행운색:노랑	오늘의 마음:노을, 허무한 마음, 운세: 세상은 바빠 돌아가는 데 나만 홀로 무인도에 떨어져 있는 것 같다. 사치스런 생활을 바라는 욕망이 강할 때이다. 타의 시선이나 관심에 개의치 않는 날이다. 길방:중앙
닭 행운색:노랑	오늘의 마음:맑음, 평화롭다, 운세: 손을 안대도 될 것을 자꾸 건드리고 싶은 날이다. 새로운 변화를 원한다. 오늘은 깨끗하고 조용한 기운의 날이다. 변화를 시도하려면 신중하고, 단기를 거듭하라. 길방:중앙
개 행운색:흰색	오늘의 마음:해·번개, 갈등, 운세: 모든 일에 도를 지나치면 도리어 재해를 입기 쉬운 때이므로 대인관계에 신경을 많이 써야 하겠다. 관재, 송사를 조심해야 한다. 비밀노출이고 싸움으로도 해석된다. 길방:서
돼지 행운색:흰색	오늘의 마음:씨늘, 소심한 날, 운세: 신경이 예민해지는 날이다. 경계방동을 삼가야 할 시기이다. 경솔해 나아가면 난관에 부딪힌다. 차분히 노력해서 현재의 지위를 지켜나가는 것이 중요하다. 길방:서
재운코너	금주의 로또 행운번호: 1,4,6,9,(2,8) 금일복권 주시, 부동산매입 행운의 띠: 소,뱀,닭 금일 주시, 부동산 매도 행운의 띠: 호랑이,말,개

■ 인사



KT ◇사장 ▲경영지원총괄 구현모 ▲CR 부문장 맹수호 ▲네트워크부문장 오성목 ◇부사장 ▲법무실장 남상봉 ▲경영관리부문장 이대산 ◇전무 ▲비서실 1담당 김원경 ▲평창동계올림픽추진단장 김형준 ▲경제경영연구소장 박대수 ▲전략기획실장 박종욱 ▲네트워크전략본부장 서창석 ▲통합보안사업단장 송재호 ▲수도권강남고객본부장 안상근 ▲미디어사업본부장 유희관 ▲부산고객본부장 이현석 ▲기업고객본부장 정윤식 ▲인재경영실 정준수 ▲그립인력개발원장 최영민
한국정보화진흥원 ◇팀장급 ▲인사평가팀장 박종선 ▲기획조정팀장 강현구 ▲총무홍보팀장 전흥구 ▲

글로벌기획팀장 오현목 ▲글로벌아카데미팀장 홍명하 ▲스마트점센터장 김영식 ▲전자정보성공과도팀장 신선애 ▲지능정부TF팀장 유주현 ▲정부3.0기획팀장 황성욱 ▲공공데이터활용팀장 장주병 ▲공공데이터개방팀장 정종열 ▲빅데이터센터장 권영일

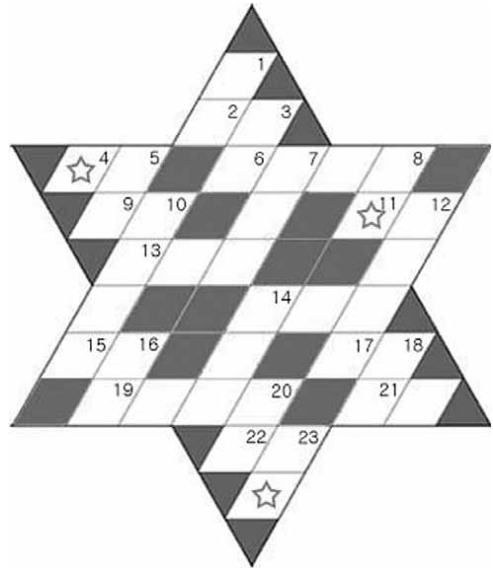
서울대 ▲간호대학 부학장 정재원
한국기계연구원 ▲대구융합기술연구센터장 권오원

■ 부고

▲박종규씨 별세, 박종형(MBC 미래전략본부 기획국 부국장)씨 부친상=16일 충북 청주시 하나장례식장 3층 A실 발인 18일 오전 7시 (043)270-8400

강주현의 퍼즐월드

다음 문제의 열쇠를 잘 읽고 빈칸에 알맞은 낱말을 써 넣어보세요



■ 가로열쇠

02.배가 드나드는 개의 어귀. 04.겨우내 먹기 위해 김치·깍두기·동치미 등을 한복에 담아 두는 일. 06.손뼉을 치고 소리를 질러 반기며 기뻐하거나 찬성함. 09.노래와 춤. 11.잘 설명하고 달래어 권한. 13.사람다운 정겨운 맛. 14.웃고 음식과 집을 통틀어 이르는 말. 15.자신이 실제로 해 보거나 겪어 봄. 또는 거기서 얻은 지식이나 기능. 17.고분 같은 것을 허가 없이 파헤쳐 부장품을 훔치는 일. 19.문장을 지을 때, 답력은 크게 가지되 주의는 세심해야 함을 이르는 말. '오 대오소' 21.물건을 사거나 어떤 일을 하는 데 드는 돈. 22.자매의 남편끼리 또는 형제의 아내끼리의 호칭.

■ 세로열쇠

01.실속 없는 위협이나 호령으로 남을 으르는 것. 03.못 견디게 고통됨. 05.사내가 아내를 맞는 일. 07.설거지할 때 그릇을 씻는 데 쓰는 물건. 08.좋은

스포츠동아			
발행인	송영연	대표전화	02 2020 1010
편집부	이성준	02 2020 1032	02 2020 1062
스포츠1부	이정호	02 2020 1041	02 2020 1060
스포츠2부	이승호	02 2020 1059	02 2020 1069
편집국장	이승호	기사 의견 제보 및 독자 투고	02 2020 1040
인쇄	동아일보사	sol@donga.com	
광고문의		02 2020 1010	
구독신청		1588 2020	
FAX		02 2020 1015	
www.sportsdonga.com			
(우)03187 서울특별시 중구 청계천로 1			
2008년 3월 3일			
등록번호 서울 가-00131호			
2008년 3월 24일 창간			
본지는 신문윤리강령 및 그 실천요강을 준수합니다			
구독료: 한달 12,000원, 1부 700원			