콘택트렌즈보다 안경 써야 "EYE 좋아"

미세먼지 등 렌즈에 붙어 부작용
'아이봉' 등 안구세정제로 청결을
눈 건강비타민 복용 고려해 볼만

야외활동이 늘어나는 봄 시즌을 맞아 눈 속 이물질을 제거해 주는 안구세정제 동아제약 '아이봉'이 주목받고 있다. 사진제공 | 동아제약

눈 건강관리에 적신호가 켜졌다. 따스한 봄기운에 야외활동이 늘어나면서 황사, 미세먼지, 꽃가루 등 이물질이 많은 환경에 자주 노출되기 때문이다.

이런 환경에 눈을 보호하려면 어떻게 해야 할까. 황사나 미세먼지가 심한 기간에는 되도록 외출을 삼가는 것이 좋다. 또 부득이 외출해야 할 경우에는 눈 건강을 위해 콘택트렌즈보다는 안경을 써야 한다. 미세한 먼지나 이물질이 렌즈에 달라붙어 충혈이나 가려움증 같은 부작용이 생길 수 있기 때문이다.

눈에 이물질이 들어가 가렵다면 눈을 손으로 비벼서는 안 된다. 눈에 뭔가가 들어갔다고 해서 눈을 만지거나 비비면 마찰력 때문에 눈의 결막에 손상이 생길 수 있고, 세균이 들어가 염증을 유발할 수 있다. 외출 후에는 인공눈물 등으로 씻어주는 것이 좋다. 시중에 판매하는 동아제약 '아이봉' 등 눈 전용 세정제를 사용해 눈을 깨끗하게 씻어주는 방법을 추천한다.

동아제약 '아이봉'은 먼지, 땀, 콘택트렌즈, 화장품 사용 등으로 인해 생긴 눈 속 이물질을 제거해 주는 안구세정제이다. '아이봉C', '아이봉W' 두 종류로 출시됐으며, 아이봉C는 각막 보호 성분인 콘드로이틴설페이트나트륨과 눈 건강을 위한 각종 비타민이 함유되어 있다. 아이봉W에는 눈 초점 조절 회복기능이 있는 비타민 B12와 대사 촉진 작용을 하는 비타민 B6가 함유되어 있다. 특히, 피로회복 효과가 있는 것으로 잘 알려진 타우린 성분이 들어 있는 것이 특징이다. 아이봉을 처음 사용한다면 아이봉C를 추천한다. 스마트폰, 컴퓨터 등 잦은 사용으로 인해 눈에 피로감을 자주 느낀다거나 강한 청량감을 원한다면 아이봉W를 사용하면 된다.

콘택트렌즈 착용자라면 아이봉을 사용하기 전에 콘택트렌즈를 반드시 제거해야 하고, 눈 주위 화장이나 이물질을 깨끗이 닦아낸 뒤 이용해야 한다. 사용 방법은 간단하다. 전용 세안컵에 내용물 5mL를 담고 밀착시킨 후 고개를 뒤로 젖혀 눈을 깜박이면 된다. 한쪽 눈을 사용한 세안액은 재사용하지 않도록 한다.

동아제약 관계자는 "아이봉은 먼지, 땀, 화장품 등 눈 속에 남아있는 오염물질을 깨끗이 씻어낸다"며, "아이봉 사용을 포함한 올바른 안구 관리법으로 아름답고 건강한 눈을 지키길 바란다"고 말했다.

정용운 기자 sadzoo@donga.com

롯데호텔 '서울-부산' 컬래버 패키지로 호캉스!

지난해 열흘만에 완판 인기상품

서울과 부산의 호텔이 컬래버레이션을 펼친다.

롯데호텔은 지난해 인기를 모았던 두 지역간 '컬래버레이션 패키지'를 올해 다시 실시한다.

롯데호텔서울과 롯데호텔부산을 연결한 숙박 패키지로 지난해 3월 실시해 준비 물량이 10일만에 완판될 정도로 인기를 모았다.

올해 패키지는 두 종류로 우선 '서울1박+부산1박'은 롯데호텔서울 디럭스 클럽룸 1박과 클럽라운지 2인 혜택, 롯데호텔부산의 디럭스룸 1박과 2인 조식, 롯데시네마 관람권 2매로 구성했다. 두 호텔 모두 조식 포함이며 롯데호텔서울에서는 전용 라운지 조식 외에 애프터눈티, 칵테일 아워 등을 함께 즐길 수 있는 알찬 구성이다.

좀 더 여유있는 부산 여행을 계획하고 있다면 '서울 1박+부산2박'을 선택하면 된다. 마찬가지로 롯데호텔서울의 디럭스 클럽룸 1박, 클럽라운지 2인 혜택에 롯데호텔부산 디럭스룸 2박, 2인 조식, 롯데시네마 관람권 4매를 제공한다. 선착순 50실 한정 이벤트이다.

김재범 기자 oldfield@donga.com

'2018 핑크런' 달리며 건강 챙기세요

아모레퍼시픽이 주관하고 한국유방건강재단이 주최하는 '2018 핑크런' 부산 대회가 25일 오전 부산 수영만 요트경기장에서 5000여 명이 참가한 가운데 열렸다. 유방암과 유방 건강에 대한 인식 향상을 목적으로 매년 5개 도시에서 열리는 달리기 축제다. 참가비 전액을 한국유방건강재단에 기부해 유방암 환자의 수술비 및 검진 지원에 사용한다. 올해 '핑크런'은 10km 코스 외에 가족이 함께 즐기면서 참여할 수 있는 프로그램을 강화하기 위해 5km 코스를 3km로 단축해 새로 선보였다.

정정욱 기자, 사진제공 | 아모레퍼시픽

한독, 케토톱 고두심 모델 발탁 기념 캠페인

한독은 붙이는 관절염·근육통 치료제 '케토톱'의 새 모델로 배우 고두심을 기용 신규 캠페인을 실시한다. '통증을 캐낸다'란 주제로 고두심은 "통증이 가벼워도 염증은 가볍게 여기지 말라"며 "통증은 참지 말고 케토톱으로 통증의 원인인 염증을 캐내자"라고 말한다. '케토톱'은 1994년 출시한 국내 첫 붙이는 관절염 치료제다. '케토톱'은 지난해 매출이 24%나 성장해 300억원을 돌파했다. 현재, 말레이시아, 싱가포르, 베트남, 카자흐스탄 등에 수출되고 있다. 한독은 지난해 충북 음성에 플라스타 생산공장을 준공해 자체 생산 능력을 갖췄다.

까스활명수-큐, 14년 연속 브랜드파워 1위

동화약품 '까스활명수-큐'(사진)가 2018년 한국산업 브랜드파워(K-BPI) 조사에서 소화제 부문 14년 연속 1위를 기록, 골든 브랜드에 선정됐다. 골든 브랜드는 10년 이상 연속 1위를 차지한 각 산업의 대표 브랜드를 말한다. 활명수는 1897년 출시한 대한민국 최초의 양약으로 현재 일반의약품 활명수, 까스활명수-큐, 미인활명수, 꼬마활명수와 의약외품으로 편의점 등에서 판매하는 까스活(활), 미인活(활) 등 6가지 제품으로 나오고 있다. 활명수 브랜드의 2017년 매출은 565억원으로 액제소화제 시장점유율 1위를 차지하고 있고 지금까지 약 85억 병이 팔렸다.

정용운 기자

아시아나항공, 부산-다낭 정기노선 취항

아시아나항공(사장 김수천)은 25일부터 부산-다낭 정기 노선을 매일 운항한다. 운항 스케줄은, 부산 김해국제공항에서 월·토·일은 오후 9시30분, 화·수·목·금은 오후9시35분에 출발한다. 다낭 국제공항에는 다음날 새벽 0시30분에 도착한다. 돌아올 때는 다낭 국제공항에서 새벽 2시15분 출발, 부산 김해국제공항에 오전 8시45분에 도착한다. 아시아나항공은 부산-다낭 노선에 159석의 A320 기종을 투입할 계획이다. 아시아나항공은 이번 취항을 통해 인천 출발 호치민, 하노이, 다낭 등 3개 노선을 포함해 4개의 한-베트남 정규노선을 주 42회 운항하게 됐다.

김재범 기자

편집 | 신하늬 기자

TV 프로그램·오늘의 운세

26일 (월)

채널A 02-2020-3100 KBS 02-781-1000 MBC 02-780-0015 SBS 02-2113-5000 ⓐ재방송 ⓓ시각장애인을 위한 화면해설방송

채널 A
5:00 채널A 스페셜 (한국사 탐)
6:00 서민갑부ⓓⓐ
7:00 터닝메카드W 시즌2
8:00 김현욱의 굿모닝
9:20 신문이야기 돌직구 쇼+
10:50 뉴스A 라이브
12:00 풍문으로 들었쇼ⓢⓐ
1:30 아재 감성 느와르-아빠본색②ⓐ
채널A 다시보기 www.ichannela.com
2:50 역사 다시 보기 천일야사ⓓⓢⓐ
4:20 정치 데스크
5:40 뉴스 톱10
7:10 뉴스A
8:20 TV주치의 닥터 지바고
9:20 역사 다시 보기 천일야사ⓓⓢ
11:00 풍문으로 들었쇼ⓢ
12:40 이제 만나러 갑니다ⓓ②ⓐ
※2:20 역사 다시 보기 천일야사ⓓⓢⓐ

KBS1
5:00 뉴스
5:10 내고향 스페셜
6:00 KBS뉴스광장
7:50 인간극장
8:25 아침마당
9:30 뉴스
10:00 무엇이든 물어보세요
11:00 생로병사의 비밀ⓓⓐ
11:55 UHD한식의 마음
12:00 KBS뉴스12
12:30 네트워크 기획-문화산책
1:20 숨터ⓐ
1:25 시니어 토크쇼 황금연못ⓐ
2:20 한국인의 밥상ⓓⓐ
3:10 미래기획 2030ⓐ
4:00 4시 뉴스집중
5:00 뉴스5
5:30 동물의 세계ⓓ
6:00 6시 내고향
6:55 시청자칼럼 우리 사는 세상
7:00 뉴스7
7:35 우리말 겨루기
8:25 일일연속극-미워도 사랑해ⓢ
9:00 KBS뉴스9
9:50 가요무대
10:50 뉴스라인
11:30 월요기획 〈엄마는 전쟁 중, 게임의 해법을 찾아라〉
12:20 UHD이미지다큐 〈음악의 정원〉
12:30 이웃집 찰스ⓓⓐ
※1:20 생활의 발견

KBS2
5:00 이욱정 PD의 자연 담은 한 끼ⓐ
5:15 KBS걸작 다큐멘터리ⓐ
6:10 걸어서 세계 속으로ⓓⓐ
7:00 생방송 아침이 좋다
8:00 KBS아침뉴스타임
9:00 TV소설-파도야 파도야ⓐ
9:40 여유만만②
10:40 지구촌 뉴스
11:00 월화드라마-라디오 로맨스ⓓⓢⓐ
1:00 다큐멘터리 3일ⓐ
2:00 KBS뉴스타임
2:10 영화가 좋다ⓐ
3:00 자동공부책상 위키2
3:30 TV유치원
4:00 여유만만②ⓐ
5:00 살림하는 남자들ⓐ
6:00 KBS경제타임
6:30 2TV생생정보
7:50 일일드라마-인형의 집ⓢ
8:30 글로벌 24
8:55 제보자들ⓢ
10:00 우리가 만난 기적 더 비기닝ⓢ
11:10 안녕하세요ⓢ
12:35 스포츠 하이라이트
※1:00 사랑의 가족ⓐ
1:50 KBS재난방송센터ⓐ

MBC
5:00 오늘 플러스
6:00 뉴스투데이(1, 2부)
7:50 아침드라마-역류ⓢ
8:30 생방송 오늘 아침ⓢ
9:30 930뉴스ⓓ
9:45 기분 좋은 날②
10:50 월화특별기획-위대한 유혹자ⓢⓐ
12:00 12뉴스
12:20 월화특별기획-위대한 유혹자ⓢⓐ
1:30 헬로키즈 동물교실ⓐ
2:25 죄충우돌 만국유람기ⓢ
3:20 샤이닝스타ⓓ
3:50 판결의 온도 스페셜②
4:55 뉴스콘서트ⓓ
5:50 익스트림 서프라이즈②
6:10 생방송 오늘 저녁
7:15 일일연속극-전생에 웬수들ⓢ
7:55 MBC뉴스데스크
8:55 섹션TV 연예통신ⓢ
10:00 월화특별기획-위대한 유혹자ⓢ 〈9, 10회〉
11:10 MBC스페셜
12:10 스포츠 다이어리
12:25 스포츠 특선-MLB핫토크
※1:25 해외특선다큐 〈색으로 만나는 중국-황색의 중국〉

SBS
5:00 SBS특선 다큐멘터리
6:00 모닝와이드(1, 2, 3부)
8:30 아침연속극-해피 시스터즈ⓢ
9:10 좋은 아침②
10:10 뉴스
10:25 SBS생활경제
11:00 꾸러기 탐구생활
11:30 요리조리 맛있는 수업
12:00 12뉴스
12:50 동상이몽2 너는 내 운명ⓢⓐ
2:00 뉴스브리핑
4:00 생활의 달인ⓐ
5:00 SBS오뉴스
6:00 순간포착 세상에 이런 일이ⓓ②ⓐ
7:00 생방송 투데이
8:00 SBS 8뉴스
8:55 생활의 달인
10:00 월화드라마-키스 먼저 할까요?ⓢ〈21, 22회〉
11:10 동상이몽2-너는 내운명ⓢ 〈1, 2부〉
12:30 나이트 라인
※1:00 프로야구 중계석

박경호의 운수 좋은 날

3월 26일(월) 음력: 2월 10일 문의 : (02) 812-1201, 도원학당)

쥐 행운색:흰색
운세: 도전적이며 남에게 지기 싫어하는 기운을 갖게 된다. 경거망동을 삼가야 할 시기이다. 여유 있는 마음으로 차분히 노력해서 현재의 지위를 지켜나가는 것이 중요하다. 길방:서

소 행운색:적색
운세: 의욕이 충만하며 음과 양의 기운이 서로 통하고 감응하는 운기이다. 사업운도 좋으며 이성을 만나면 길한 날이다. 학업, 예술 분야에서 두각을 나타내는 날이다. 길방:남

호랑이 행운색:검정
운세: 성대한 것에 사로잡히지 말고 신중해야 한다. 고귀할수록 봉사하는 마음을 잊지 않고 매사에 욕심을 부리면 안 된다. 지금은 재능을 감춰두고 기회를 기다려야한다. 길방:북

토끼 행운색:검정
운세: 의욕이 충만하나 현재의 상태에서 안정을 찾도록 하라. 금전에 대한 변동이 이루어진다. 판단력이 뛰어나 주변의 시선을 모으고 결과에 대한 응답이 있는 날이다. 길방:북

용 행운색:적색
운세: 개혁 을 급격히 행하기는 어려우며 서두르면 실패를 초래할 수도 있다. 성급하게 보증을 잘못서는 등 실수가 있을 수 있는 날이다. 혼자서 일처리를 하지 말라. 길방:남

뱀 행운색:청색
운세: 자중지란의 날이다. 서로 잘났다고 경쟁하는 형상이다. 부부간의 분쟁, 아버지와의 의견충돌이 있을 수 있다. 하지만 비교적 안정된 때이므로 경험을 바탕으로 계획을 세워라. 길방:동

말 행운색:청색
운세: 돛을 달고 배가 물위를 가는 기운으로서 대사업을 이룩해 가는 시기이다. 수익이 생겼다면 빨리 손을 떼고 그것을 지켜라. 그렇지 않으면 구설이 따를 수 있다. 길방:동

양 행운색:적색
운세: 강인한 정신력으로 돌진할 수 있는 힘이 필요하다. 과감성을 가지고 행동하면 명예는 더 돋보일 수 있다. 획기적인 아이디어로 승진이나 진급이 이루어질 수 있다. 길방:남

원숭이 행운색:검정
운세: 만물이 일제히 싹트는 기운이다. 지금까지 괴롭고 어려웠던 문제도 해결되고 새로운 출발의 시기가 왔다. 문서적 측면에서는 신중히 확인하고 행동에 옮겨야 한다. 길방:북

닭 행운색:노랑
운세: 저녁노을이 산천초목을 아름답게 장식하는 형상이다. 사치스런 생활을 바라는 욕망이 강하다. 하지만 자기가 속한 분야에서는 일가견을 이루기 위한 출발일이다. 길방:중앙

개 행운색:적색
운세: 오늘의 기운은 하늘을 움직이는 것이고 인간으로는 장년기, 사업으로는 전성기를 나타낸다. 사물은 성하면 쇠하는 법. 지나친 언동은 삼가고 항상 신중 하라. 길방:남

돼지 행운색:흰색
운세: 눈앞의 작은 이익보다는 먼 미래를 생각하는 자세가 중요하다. 그 행위로 남에게 덕을 입히는 것이기에 결국에는 이익이다. 영업적인 면에서 도약의 계기가 되는 날이다. 길방:서

날씨와 생활

26일(월)

	오전	오후
서울	6	16
인천	5	13
수원	4	17
대전	5	20
청주	5	20
춘천	2	19
광주	6	21
전주	5	20
제주	9	17
부산	10	19
대구	6	22
울산	5	21
창원	7	20
강릉	11	22

지역 강수 확률(오전/오후) / 날씨 최저 최고기온℃

해뜸 06:27 해짐 18:49 달뜸 13:04 달짐 02:46

산 날씨

북한산	6/16	내장산	5/20
설악산	9/22	무등산	6/21
오대산	1/18	주왕산	2/20
속리산	1/19	지리산	4/21
계룡산	4/19	한라산	6/14

바다 날씨

인천송도	5/13	안면도 꽃지	5/12
제부도	4/16	변산반도	4/18
경포대	11/22	거문도	9/19
속초	10/21	해운대	10/19
대천	4/14	제주도	9/16

미세먼지

서울	124	나쁨	대전	115	나쁨
부산	99	나쁨	울산	75	보통
대구	100	나쁨	경기	133	나쁨
인천	112	나쁨	강원	93	나쁨
광주	122	나쁨	충북	125	나쁨

주간 날씨 (최저/최고기온)

27일 (화)	서울·경기	7/18	영동	11/21	충청	6/21
	호남	7/21	영남	11/19	제주	10/17
28일 (수)	서울·경기	9/20	영동	13/21	충청	7/21
	호남	7/22	영남	11/19	제주	10/20

한국ABC 인증 스포츠신문 발행부수 1위
스포츠동아는 성인광고를 싣지 않습니다

스포츠동아
대표전화 02 2020 0114

발행인	송영언	편집부장	좌혜경
편집인	이성춘	스포츠부장	김도헌
편집국장	연제호	엔터테인먼트부장	김원겸
광고국장	이승욱	경제부장	김재범
인쇄	동아일보사	뉴미디어전략팀장	양형모
		사진부장	고종철

광고문의 02 2020 1010
구독신청 1588 2020 FAX 02 2020 1015
www.sportsdonga.com (우)03187 서울특별시 종로구 청계천로 1
2008년 3월 3일 등록번호 서울 가-00131호 2008년 3월 24일 창간
본지는 신문윤리강령 및 그 실천 요강을 준수합니다
구독료 : 한달 12,000원, 1부 700원
기사 의견 제보 및 독자 투고 02 2020 1040 sol@donga.com