

# 깨끗하고 촉촉한 피부...당신이 면접 주인공

## 취업 준비생을 위한 스타일링

♂ 깔끔한 정장에 잔머리 정돈·비듬 관리 필요  
♀ 피부 트러블 커버하고 화장 들뜨지 않게 보습

사회에 첫 발을 내딛는 취업 준비생들의 가슴 떨리는 시기인 하반기 공채 시즌이 시작됐다. 합격 여부를 좌우한다는 면접시험은 예상 질문 답변 준비 못지않게 짧은 시간 동안 심사위원에게 자신의 모습을 어떻게 보여줄지도 신경 써야 한다. 자신의 능력을 강조하고 긍정적인 이미지를 심어줄 면접 스타일링은 어떤 것이 있을까.

### ●남자-수트만 입는다고 끝난 게 아니다!

면접의 기본 의상은 깔끔한 정장이다. 헤어스타일은 신임답게 도전적이고 패기 넘치는 인상을 남기는 것이 중요하다. 앞머리를 내려 이마를 덮으면 답답한 인상을 줄 수 있어 시원하게 이마 라인을 보여주도록 손질하는 것이 좋다. 브리티시엘 리제트 클래식 포마드는 잔머리를 정돈해 단정한 면접 헤어 스타일링을 완성하는데 도움을 준다.

면접에서는 튀지 않는 차분한 색조의 정장을 주로 입는다. 이럴 때 어깨에 떨어진 하얀 비듬은 이미지를 한순간에 망가트릴 수 있다. 라우쉬 폴츠포트 안타-덴드리프 샴푸는 두피의 피지 분비를 조절하는 데일리 비듬 샴푸로, 환절기에 일시적으로 발생할 수 있는 비듬을 방지한다. 면접의 긴장감으로 마를 수 있는 입술에는 립밤을 수시로 발라 주는 것이 중요하다. 펜스레담 딥



‘첫 인상은 3초 안에 결정된다.’ 한 기업의 신입사원 면접시험에서 응시생이 질문에 대답하고 있다. 기업 공채 시즌을 맞아 합격을 좌우하는 면접시험에서 심사위원에게 좋은 이미지를 줄 수 있는 뷰티스타일링이 필요하다. 위쪽 사진은 남성(오른쪽)과 여성의 면접 대비 뷰티스타일링에 유용한 제품들. 스포츠동아DB

모이스트 멘틀은 히알루론산을 함유해 고보습 제품임에도 끈적임이 없어 산뜻하게 입술을 관리할 수 있다.

### ●여자, 화려한 메이크업보다 깨끗한 인상을 강조할 것!

환절기에는 잦은 피부 트러블 때문에 한시도 마음을 놓을 수 없다. 면접을 앞두고 갑작스런 트러블로 골치가 아프다면 응급 패치를 사용하자. 아크로팩스 트러블 큐어 패치는 패치형 트러블 케어 제품으로 트러블 원인에 직접 침투해 유효성분의 전달력을 높인 제품이다. 면접 날 화장이 들뜨지 않기 위해선 기초가 탄탄해

야 한다. 하지만 과도한 영양 공급은 도리어 화장이 밀릴 수 있어 수분 공급에 집중한다. 하다라보 고쿠준 로션은 3가지 히알루론산이 함유되어 피부 수분력을 끌어올려주는 강력 고보습 화장수다.

깨끗하고 촉촉한 피부로 말끔한 인상을 주고 싶다면 색조 메이크업은 줄이고 투명한 피부를 강조한 베이스 메이크업에 집중하는 것이 좋다. 버츠비 BB 크림 워드 노니 익스트랙트는 보습력이 뛰어나 피부에 자연스럽게 밀착되어 결점을 커버해 밝고 깨끗하고 피부를 만들어 준다. 김재별 기자 oldfield@donga.com

## 레이저 요실금 치료, 흉터 없이 15분 내 수술

봉합이나 실밥 제거도 필요 없어

웃을 때마다 소변이 새는 증상 때문에, 사람을 만나는 것조차 어려워하는 여성들이 있다. 이렇게 본인의 의지와 상관없이 소변이 새는 것이 요실금이다. 성인 여성의 30%가 요실금을 호소한다. 분만 뒤나 노년층에서의 발생빈도는 더욱 높다. 요실금은 종양이나 기타 소모성 질환같이 생명을 위협하지는 않지만 불편함과 수치심, 중세로 인한 사회활동의 제약으로 점차 고립되어 가고 정신적 장애까지 유발할 수 있다.

기침 재채기와 같이 일시적으로 복압이 가해져 소변이 새어나오기도 하지만 줄넘기 같은 운동 때도 발생해 요실금환자들이 운동을 하는 것은 어려운 일이다. 따라서 비만 같은 문제를 해결하기 힘들게 만든다.

복부지방은 골반근육을 약하게 하는 동시에 복압도 상승시켜 요실금을 악화시키는 악순환이 반복된다. 발생원인은 너무나 다양하지만 가장 흔한 원인은 출산 때 태아 머리에 의해 골반 근육이나 근막, 인대 등이 손상을 입은 것이다. 이런 요실금은 어떻게 치료를 해야 할까. 몇몇은 이쁜이 수술이 요실금을 치료할 수 있다고 하지만, 수술 부위가 같기 때문에 생긴 요실금

물론 도움은 될 수 있을 수 있지만, 이쁜이 수술과 요실금 수술 자체가 작용기전이 다르기에 정확히 알고 치료하는 것이 좋다.

### ●요실금의 치료가 이쁜이 수술로 될 수 있다?

요실금은 약물치료, 케겔운동, 수술적 치료방법이 있다. 약물치료나 케겔운동은 경미한 정도의 환자에게 적용되는 치료법이다. 대부분은 수술 같은 치료법이 필요하다. 최근의 수술은 대부분 레이저를 이용해 진행한다. 최소절개 방식이라 통증과 출혈이 줄고 회복기간 또한 기존보다 단축됐다. 15분 내의 빠른 수술 시간이라서 시간을 오래 내기 어려운 여성들이 선호한다.

레이저 요실금 치료는 근육 대신 요도를 받쳐주는 최신 수술재료를 사용한다. 인체 내에서 조직과 쉽게 결합하고 이물감이나 부작용이 없다. 신축성이 좋아 요도압박 정도를 스스로 조절해 배뇨를 제어하는 데도 효과적이다.

여성이 수술을 망설이는 큰 문제 중에 하나인 흉터도 없다. 복부가 아닌 요도와 질 부위에서 수술이 이루어져 사타구니 부위에 2mm만 절개하기 때문에, 복부에는 흉터가 없다. 봉합이나 실밥 제거도 필요 없다.

커피와 같은 카페인 섭취는 요도와 방광의 기능을 깨뜨릴 수 있어 카페인보다는 수분과 섬유질을 많이 섭취해 균형을 유지하는 것이 바람직하다.

노블스여성의원 박정인 원장



## 쏘나타·그랜저·K5 쉼타2 엔진 보증기간 10년 19만km로 연장

기존 보증기간 종료된 유상수리는 전액 보상

현대·기아자동차가 12일 고객 신뢰 제고를 위해 국내에서 쉼타2의 엔진(쏘·블록 어셈블리) 보증 기간을 기존 5년 10만km에서 10년 19만km로 연장하기로 했다고 밝혔다. 대상 차량은 쉼타2 2.4GDi·2.0 터보 GDi 엔진을 적용한 쏘나타(YF), 그랜저(HG), K5(TF), K7(VG), 스포티지(SL)다.

현대자동차는 지난해 미국 엔진공장 청정도 관리 문제로 인해 미국에서 생산·판매한 2011~2012년식 쏘나타의 리콜을 실시하고, 2011~2014년식 쏘나타의 보증기간을 연장했다.

현대자동차는 “특정 생산공장 가공과정에서 발생한 사안이지만 국내 고객 서비스 강화를 위해 동일 사양의 엔진을 장착한 국내 판매 차량 전체의 엔진 보증기간을 확대하기로 했다”고 말했다. 기아차 미국 법인도 현지에서 동일한 조치를 취하고 있다.

이와 함께 기존 보증기간이 종료돼 유상으로 수리한 고객에게는 수리비, 렌트비, 견인비 등에 대해 전액 보상하기로 했다. 구체적인 내용은 해당 고객에게 개별 통보할 예정이다.

원성열 기자 sereno@donga.com

## 쿠팡 ‘로켓배송’ 무료배송 기준가 기습 인상

9800원에서 1만9800원으로  
소비자 불만 목소리 높아져

소셜커머스 쿠팡이 ‘로켓배송’의 무료 배송 기준가를 9800원에서 1만9800원으로 기습 인상해 소비자들의 불만이 이어지고 있다.

‘로켓배송’은 자체 배송 인력인 쿠팡맨이 주문 24시간 이내에 배송하는 시스템으로, 지난 2014년 도입돼 센세이션을 일으킨 쿠팡의 히트상품이다.

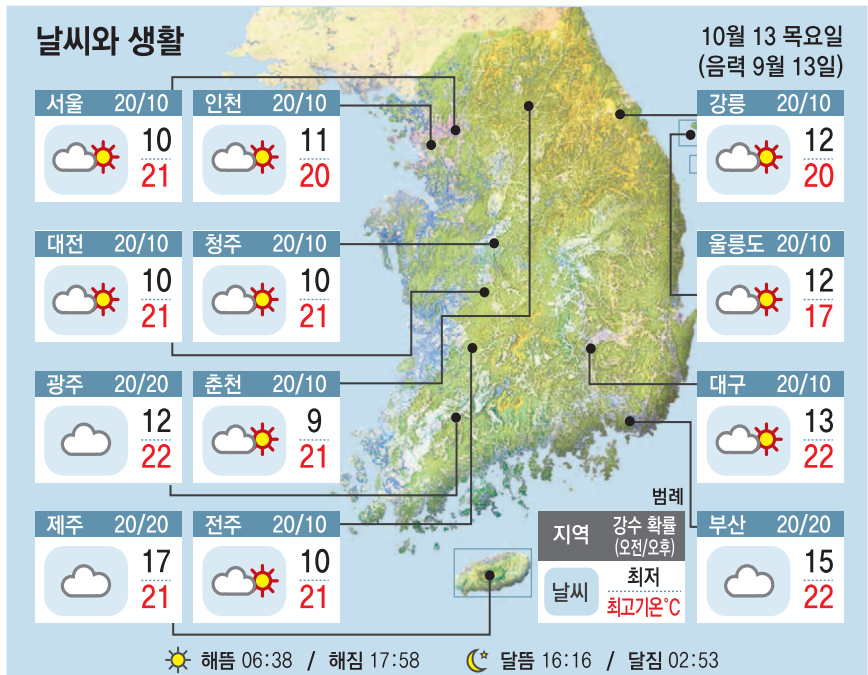
하지만 쿠팡은 물류와 로켓배송에 대한 대규모 투자로 인해 지난해 5200억 원의 손실이 발생하기도 했다. 또 직접

물류센터를 운영하고 직원을 고용하는 방식으로 배송 1건 당 경쟁사의 4~5배에 달하는 비용을 부담하고 있는 것으로 전해진다.

이번 무료 배송 기준가 돌연 인상이 누적 적자에 대한 위기감에서 비롯됐다는 시각이 지배적인 것도 이 때문이다.

하지만 쿠팡 측은 적자와는 무관하다는 반응이다. 쿠팡 관계자는 “더 나은 서비스를 제공하기 위함”이라며 “다양한 상품을 최저가로 제공하고 고객 경험을 보장하기 위한 서비스를 항상 검토하고 있다”고 했다.

정정욱 기자 jjay@donga.com



| 산 날씨      | 바다 날씨        | 미세 먼지    |
|-----------|--------------|----------|
| 북한산 10/21 | 인천출도 11/20   | 서울 66 보통 |
| 설악산 10/20 | 제주도 11/20    | 부산 56 보통 |
| 오대산 7/19  | 경포대 11/22    | 대구 57 보통 |
| 계룡산 9/21  | 속초 11/20     | 인천 60 보통 |
| 속리산 8/21  | 대전 10/21     | 광주 54 보통 |
| 소백산 10/21 | 안면도 꽃지 11/21 | 대전 49 보통 |
| 팔공산 13/21 | 변산반도 10/21   | 울산 64 보통 |
| 지리산 10/20 | 거문도 16/20    | 경기 67 보통 |
| 덕유산 7/20  | 칠보 14/20     | 강원 47 보통 |
| 내장산 10/22 | 해운대 15/22    | 충북 63 보통 |
| 한라산 11/16 | 제주도 17/22    | 경남 54 보통 |

| 주간 날씨 (최저/최고기온)                                                |
|----------------------------------------------------------------|
| 14일(금) 서울경기 12/23 영동 12/22 충청 11/23 호남 12/26 영남 16/24 제주 17/22 |
| 15일(토) 서울경기 13/24 영동 13/23 충청 11/24 호남 10/25 영남 16/24 제주 17/23 |

스포츠동아

광고문의 02 2020 1010  
구독신청 1588 2020  
FAX 02 2020 1015

발행인 송영연 대표전화 02 2020 0114  
편집인 이성춘 편집부 02 2020 1032  
편집국장 연재호 스포츠1부 02 2020 1041  
광고국장 이숙옥 스포츠2부 02 2020 1059  
인쇄 동아일보사 기사 의견 제보 및 독자 투고 02 2020 1040  
sol@donga.com

www.sportsdonga.com  
(우)03187 서울특별시 중로구 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

작지만 강한 온풍기 - PTC Heater -

“초강력 온풍기 반값”

초절전형 6만 9000원 오늘 50대 한정판매!

초절전형 PTC 온풍기는 전기절약 회로를 기본으로 장착한 제품으로 1, 2단의 강력한 온풍을 예열없이 뿜어내는 온풍기를 50대 한정 특가 판매한다. 초절전형 PTC 온풍기는 기존 온풍기와는 달리 순간으로 온풍이 작동되며 안전을 위해 3중 안전장치를 탑재하였고 2단계 풍속조절 및 온도조절이 가능한 최신기종이다. 저소음이면서 강한 온풍과 타워형의 심플한 디자인을 채택하여 장소에 관계없이 이동이 가능하고 부담없는 크기로 적당하다는 좋은 평가를 고객으로 부터 받고 있다.

(사이즈: 180 x 365 x 150mm) 과열되면 자동으로 전원이 차단되는 과열자동차단시스템과 자동온도조절기능으로 온도를 설정하여 놓으면 전원이 ON/OFF되는 자동 전원제어시스템이 있어 노약자나 어린이도 방에서 안전하게 사용할 수 있어 종로대 가정에서는 9~12m에서 사용하고 1단으로 사용시 전기료에 부담이 없으며 공기요염 없이 산소를 태우지 않는 PTC하타의 특징점으로 친환경적 제품이다.

www.sunsea.kr

항공기에 사용하는 P.T.C히터 장착으로 과열방지효과에 의한 안전도 업그레이드

PCT 란? Positive Temperature Coefficient 고열을 발생시켜 소제로 만든 제품을 말합니다.

★ 불꽃없는 PTC 소재  
★ 산소를 태우지 않는 무공해 난방  
★ 환경친화적 제품  
★ 10초 이내에 고열발생

전기요금 산출근거(일반용 가) 누진세 미적용  
1단: 92.3원 x 0.8kw x 8시간 = 약 590원  
2단: 92.3원 x 1.6kw x 8시간 = 약 1181원  
색상: 실버

무로상담전화: 1644-2464  
입금계좌: 농협351-0651-2246-73 제이에스넷  
통신판매 2013 서울관악 0804호 제이에스넷 E-mail: kakace4@naver.com

서울사당지사: 02-522-2710  
찾아오시는 길: 2호선 서울대입구역 8번출구 원당초교 뒤편

★ 가격할인 120,000원 → 69,000원

살을 빼는 것보다 찌는 것이 더 어려운 분이 있습니다

살 안찌 걱정되는 분~

나이가 들면서 살이 조금 찌고 배도 약간 나오는 것이 웬지 신경이 쓰이고 췌장이 아프고 보인다. 그러나 나이가 들어 아무리 먹어도 살이 찌지 않거나 마르는 사람도 있다. 다른 아이들에 비해 체력이 떨어지고 주위가 산만하여 성적이 저조하고 특히 편식으로 인한 영양이 고르지 못하거나 성장이 빈약하다고 호소하는 부모님은 아이에게 고른 영양섭취와 함께 ‘살찌오’를 먹이는 것도 좋은 방법중의 하나라고 할 수 있다.

‘살찌오’는 일반적으로 섭취하는 음식에서 얻을 수 없는 성분과 꼭 필요한 성분들로 흡수가 잘 되어 빠르게 작용한다. 아무리 먹고 또 먹어도 살이 찌지 않거나 허약하고 매사 쉽게 지치는 등 기초체력이 없는 사람들과 이유없이 마르는 사람들은 ‘살찌오’를 꼭 한번 드실 것을 권한다.

▶ 잘못된 식습관이 마르게 한다  
나는 많이 먹는데도 살이 안찐다라고 하는 사람들을 살펴보면 대개 식습관이 올바르지 않다는 사실을 발견할 수 있다. 즉 자신도 모르는 사이에 어떤 영양소만 과도하게 먹거나 부족하게 먹게되어 적절한 체중증가가 이루어지지 않는 것이다. 예를 들어 자신이 채식 위주의 저칼로리 식사만 하는 경우라면 체중 증가는 당연히 어렵다. 우리나라의 경우는 아직도 육류 단백질 섭취가 부족한 사람들이 있다. 이럴 때 야채 편식하지 말라, 인스턴트 식품을 많이 먹지 말라는 얘기를 들었을 것이다. 모든 영양이 포함된 균형 잡힌 식사와 적절한 운동이 건강한 체중 유지의 지름길이다.

▶ 유전적 특이성이 전체를 좌우하지는 못한다  
잘 먹어도 체중 증가가 이루어지지 않는 사람의 경우는 유전적인 요인의 작용을 고려해 볼 수 있는데 부모, 조부모, 형제, 자매 등의 가계를 살펴 보면 사람들이 일반적으로 말하는 보통 체중에 속하는지 마른 체형에 속하는지 알 수 있다. 부모가 많이 먹어도 살이 안찌는 체형이라면 자녀에 속하는 사람 또한 유전적인 특이성에 의해 마른 체형일 수 있으나 유전적인 특이성은 후천적인 식습관 및 생활 습관에 의해 변하기 때문에 낙심할 필요는 없다.

▶ 정서적으로 불안한 상태는 가장 큰 내부요인  
신경이 예민해서 살이 안찐다는 얘기를 들어 본 적이 있을텐데 정서적으로 편안한 상태가 아니기 때문에 영양분의 공급도 원활하지 않고 공급이 된다고 하여도 충분히 섭취되지 않기 때문에 체중이 증가되지 않는다는 것으로 해석할 수 있다. 살이 찌기 위해서는 편안하고 안정적인 마음 상태를 유지하는 것이 중요하다.

특허 제10-1314762호 www.sunsea.kr  
허약하거나 체력이 빈약하면 밖에서 자신이 없는 법! 당당한 체력이 부러우신다! 흡수가 빠른 체중증가에 ‘살찌오’ 체중늘고 힘도 솟아!

www.salzzio.com

서울사당지사: 02-522-2071