



한여름날을 위한 피부 채비 막전막후

월하(越夏) 준비, 여름은 이미 시작되었다

언제부터인가 여름 소식이 일찍 찾아온다. 더위가 맹위를 떨치며 봄기운이 사라지기도 전에 주책없는 땀방울로 곤혹을 치르기 십상, 겨울을 채비했던 옛 선조들의 지혜를 이제 여름에도 적용해야 할 상황이다. 이쯤하여 월하(越夏)준비. 수년전 동남아를 여행했을 때의 종잡을 수 없는 날씨가 한반도를 장악하면서 가장 예측하기 편했던 4계절의 변화는 너무 춥거나 더운 쪽으로 고집스러워지고 있다. 결국 삼라만상 자연의 법칙을 따라가게 되어 있는 터, 여름 채비의 잔걸음을 시작해보자.

여름 피부 지피지기, 백해무익 자외선 이야기

여름 피부는 자외선과의 전쟁으로 시작된다. 기승전 자외선이라고 말할 수 있을 만큼 강렬해진 자외선은 피부의 방어기제를 작동하여 멜라닌을 활성화한다. 따라서 과잉된 멜라닌으로 인해 색소 침착을 야기할 수 있다. 두번째로 기온이 올라가면서 생기는 피지 분비는 과잉되면서 번들거림은 물론 박테리아 및 세균의 좋은 번식처가 되어 여드름, 뽀루지와 같은 피부트러블이 생길 수 있다. 셋째로 수분을 빼앗겨 건조한 상태가 되고, 탄력이 떨어지는 결과도 가져온다.

흔히들 태양을 피하는 방법에 몰두하게 되는데 계절적인 이유로 물리적인 노력이 작렬하는 태양 아래서는 역부족일 수 밖에 없다.

1 피부채비 시작, 세안부터 신경 써요

태양을 피할 수 없다면 기본으로 다시 돌아올 필요가 있다. 가장 기본 단계인 세안부터 점검하는데 세안은 '청결함'을 최대 목표로 한다. 더군다나 여름은 다른 계절에 비해 가만히 있어도 내 피부의 오염도가 상승한다. 피지는 그 자체로도 번들거림이 심하지만 피부에 노폐물이 엉겨 붙기 쉬워 트러블 발생을 부채질한다. 이렇게 형성된 노폐물은 일차적으로 모공을 막고, 세균들의 안식처로 전락할 수 있다. 따라서 노폐물과 피지를 말끔하게 제거하기 위해서는 항균력이 있는 제품으로 거품을 충분히 내어 마사지하고 미지근한 물로 여러차례 씻어낸 다음 찬물로 얼굴을 두드려 마무리한다.

차앤박 어벤저스의 월하준비 노폐물 청소 하이드로필

세안을 열심히 하는데도 충분하지 않다는 생각이 들면 전문가의 도움을 받도록 한다. 차앤박 월하준비의 첫번째 주자는 바로 하이드로필이다. 기본적으로 피지 및 블랙헤드, 각질을 청소해주는 치료이기 때문에 안면개선 효과는 부가적으로 따라 온다. 피부 대청소 '하이드로필'로 기억하면 좋다. 청소뿐 아니라 수분충전도 함께 진행되어 피부를 말끔하게 정리해준다.



차앤박 어벤저스의 월하준비 산뜻한 여름나기 보톡스 땀주사

'다한증', '땀 없애는 법', '땀냄새 탈출' 등 남모르게 검색만 하고 있는 이들에게 근본적으로 땀을 멀리하는 방법은 땀의 분비를 관장하는 교감신경을 직접 절제하는 수술이다. 그런데 차앤박 어벤저스의 월하준비는 1회 시술만으로 4~6개월 땀으로부터 자유로울 수 있는 '땀주사'를 제안한다. 실제로 땀이 분비되는 부위의 신경 전달을 직접 차단하기 위해 해당 부위 면적에 따라 보톡스를 맞게 주사하는 방식이다. 시술 통증은 물론 시술 후 상처나 흉터가 거의 없다는 간편성, 짧은 시술 시간 등으로 만족도가 높다. 연례행사처럼 땀주사를 통해 월하준비를 하는 이들이 최근 몇 년 사이에 늘고 있다.

2 피부채비 둘, 땀땀땀을 사수하자

땀에 장악되어 계절적으로 여름을 두려워하는 이들도 있다. 땀은 다한증처럼 흥건하게 젖어 일상생활에 어려움을 줄 뿐 아니라 불쾌감을 주는 냄새, 눅눅하고 싫은 기분이 드는 게 그들만의 잘못된 고민인 것.

땀은 세균, 곰팡이균 및 기타 잡균들의 온상이 되고 수분 증발 후 피부표면에 남은 소금성분은 자극을 주어 모낭염, 무좀, 자극 피부염, 습진, 불쾌한 냄새 등을 초래한다. 따라서 가급적 서늘한 환경을 유지하고 흡수가 잘되는 면제품을 착용하며 땀을 많이 흘린 후에는 가급적 빨리 닦거나 샤워로 땀을 제거하는 것이 좋다. 몸냄새를 방지하기 위한 다양한 노력이 이뤄져야 하지만 근본적인 치료를 받아 해소할 수 있다.

3 피부채비 셋, 피지분비의 이상신호 여드름과의 전쟁선포

앞서 설명했듯이 기온이 올라가는 일만 가득한 여름철 피지분비를 막기란 거의 불가능하다. 따라서 평소 여드름 관리는 물론 다른 계절에는 크게 신경 쓰지 않았던 바디에 눈길을 돌리는 센스가 필요하다. 노출의 계절이면서 피지분비가 어느 곳보다 활발하게 이뤄지는 부위인 등과 가슴은 염증자체도 문제지만 색소를 남기기 때문이다. 치료를 차일피일 미루다가 정작 노출이 시작되면서 난감해지는 상황이 발생할 수 있다. 등은 손이 잘 안 닿는 위치이기 때문에 더욱 신경 써서 관리하고 샤워한 후에는 완전히 몸을 말린 후 옷을 입는다. 잠자리 청결도 중요하다. 통풍과 땀을 잘 흡수하는 소재의 잠옷을 선택하고 침구 역시 항상 청결하게 유지한다. 또한 침구는 부드러운 것으로 선택하여 등과의 마찰을 줄인다.

차앤박 어벤저스의 월하준비 바디색소지우개 클라로필링

여드름은 얼굴이든 바디든 생겼다면 짜지 말아야 한다. 무심코 긁거나 하여 2차 염증이 생길 수도 있고, 흉터나 색소로 이어져 얼룩덜룩한 상황이 된다. 바디여드름으로 인해 생긴 자극은 클라로필링으로 치료한다. 세포신진대사를 촉진하는 인산염이 다량 함유되어 있어 한 번의 시술로 스케일링의 3배의 효과를 나타내면서 일주일 안에 효과를 바로 볼 수 있는 시술이다. 무엇보다 등이나 가슴에 올라온 화농성 여드름을 전 처치 없이 시술 받을 수 있다. 바디 여드름 및 자극 지우개는 클라로필링이다.



무엇보다 월하준비를 위한 마음가짐이 중요한데 '내 피부 중심주의'다.

어떤 상황이든 내 피부에 집중하고 적용해야 한다. 남들 피부에 좋다고 내 피부에 좋다는 '카더라' 뉴스에는 귀를 막고 피부 채비를 진행하는게 여름을 잘 나기 위한 진정한 월하준비임을 꼭 기억해야 한다. 여름은 이미 시작되었다.