



‘서클렌즈 패션’ 찬·반 양론

청소년 층은 환호, “전문의 상담 필수”

취재 | 황보승남 의계신문 편집국장

요즘 10대 청소년들에게 컬러 콘택트렌즈로 멋부리기가 유행이 되고 있다. 특히 눈을 더 크고 예쁘게 보이려고 '서클렌즈'가 붐을 일으키고 있다. 이는 근래 연예인들이 쓰기 시작하면서 점차 중고생으로 연령층이 낮아지고 있는 추세다. 그러나 자칫 잘못할 경우 각막손상을 일으켜 시력을 상실할 수 있다고 경고하는 등 안과 전문의들이 잇따라 경고하는 등 착용여부에 논란이 일고 있다. 중고생 고객층이 많은 까닭에 일부 안경점에서는 3~5만원대의 낮은 렌즈가격으로 세일하고 있어 더욱 부채질하고 있다.

한 의과대학은 최근 렌즈착용에 대한 설문조사를 벌인 결과 렌즈 사용자 3명중 1명이 이미 합병증을 앓고 있는 것으로 드러나 전반적인 렌즈 착용에 대한 심각성을 예고하고 있다.

사회적 문제로 부각되고 있는 서클렌즈에 대한 논란을 짚어봤다.

눈망울을 크고 예쁘게 보이기 위해 색깔있는 콘택트렌즈를 착용하는 이들이 부쩍 늘고 있다. 이른바 '서클렌즈'라고 불리는 칼라렌즈는 연예인들이 미용 목적으로 심심찮게 착용하게 되면서 이들의 영향을 받은 10대 청소년들 사이에서 서클렌즈 붐을 불러일으키고 있다. 최근 들어 '서클렌즈 패션'으로 자리잡아가고 있는 추세다.

그러나 안과 등 의료계에서는 미용 목적으로 콘택트렌즈를 착용하면 눈 건강을 심각하게 훼손할 수 있다며 서클렌즈를 둘러싸고 논란이 일 것으로 전망된다.

서클렌즈는 검은자 가장자리에 원 모양으로 검은 색을 그려 넣어서 눈망울이 더 크고 또렷하게 보이게 하는 칼라렌즈의 일종이다.

실제로 최근 케이블TV 홈쇼핑의 쇼 호스트로 일하는 여성이 눈이 시리고 충혈이 심해 병원을 찾았다. 화면에서 눈이 또렷하게 보이려고 서클렌즈를 자주 착용했던 게 화근이었다. 안구 건조증이 있는 그에게 산소투과율이 좋지 않은 서클렌즈는 독약이나 다름없었다.

또 렌즈에 색을 입혀 눈동자를 그린, 블루 등 워하는 색깔로 바꿀 수 있는 서클렌즈는 연예인들 사이에서는 보편화됐으며 점차 여중고생 등 10대 청소년에게 까지 확산되고 있다. 심지어 청소년들 사이에서는 '서클렌즈 계'를 만들거나 돌려가며 바꿔 착용하는 사례가 있는 것으로 전해진다.

이와 더불어 동네 안경점들이 서클렌즈 가격을 할인해 주는 등 콘택트렌즈에 대한 부작용 여부를 떠나 손쉽게 구입할 수 있어 우려를 자아내고 있다.

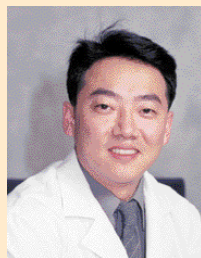
이에 대해 대한안과학회는 "현행 규정상 미용렌즈 등 콘택트렌즈는 시력검사와 각막검사 등 사전검사를 받고 전문의 처방이 있어야만 구입할 수 있지만 안경점이나 패션용품가게, 인터넷 쇼핑몰 등에서 쉽게 구할 수 있는 게 현실"이라며 "이런 경로를 통해 구입한 미용렌즈는 치명적 위험을 야기할 수 있는 만큼 각별히 주의해야 할 것"이라고 당부했다.



인터뷰

주권민 강남밝은세상안과 원장

서클렌즈, 함수율 일반렌즈보다 떨어져 "부작용 여부, 개인관리에 달렸다"



주권민 안과 전문의

"홍채가 없는 이들의 눈을 보호하기 위해 서클렌즈 등 칼라렌즈를 착용하는 이들이 한 정됐으나 요즘 무분별하게 착용하는 사례가 늘어나는 등 미용 목적으로 변질돼 우려가 됩니다"

서울 강남밝은세상안과 주권민 원장은 서클렌즈에 대해 부정적인 견해를 나타냈다. 특히 눈의 건강 여부를 좌우하고 있는 서클렌즈에 대해 물리학적 결함을 지적하고 있다.

"눈의 망막과 직접 맞닿게 되는 렌즈는 함수율이 80% 이상돼야 하지만 이에 못 미치죠. 특히 논란이 되고 있는 서클렌즈의 경우는 38% 이하인 게 대부분입니다. 게다가 렌즈에 색깔을 덧씌웠기 때문에 산소투과율이 매우 적습니다"

그는 또 안경점의 행태와 관련 "소프트

렌즈의 가격이 10만 원대를 웃돌고 있지만 일부 안경점에서는 담핑경쟁을 통해 서클렌즈 가격이 3~4만 원대로 낮추는 등 청소년들이 쉽게 한복될 수 있게끔 상업적 이익에 노골적 있다고 지적했다

주 원장은 그러나 "서클렌즈 자체에 대한 의학적 결함을 지적하는 논문 등이 나오지 않는 이상 '무조건 나쁘다'고 할 수는 없다"며 "정기적인 검진 및 전문의 상담과 함께 무엇보다 중요한 것은 개인의 철저한 관리"라고 말했다. 이는 어떠한 렌즈든 관리 및 소독을 게을리하면 세균의 감염에 의해 망막염, 결막염, 각막괴양 등 피해를 입을 수 있다.

일선에서 환자들을 접하는 그는 의외로 렌즈 사용법과 부작용 등에 대한 일반인들의 잘못된 상식과 종종 만나게 된다고 전한다.

"몸이 천냥이면 눈은 구백냥이라는 말이 있듯이 일반인들이 눈에 대해 너무 안이한 지식을 가지고 있지 않나 하는 안타까움이 든다"는 주 원장은 '서클렌즈 붐'에 대한 대중적 병리 현상을 지적했다.

"몸이 천냥이면 눈은 구백냥이라는 말이 있듯이 일반인들이 눈에 대해 너무 안이한 지식을 가지고 있지 않나 하는 안타까움이 든다"는 주 원장은 '서클렌즈 붐'에 대한 대중적 병리 현상을 지적했다.

안과학회는 또 "청소년들이 인터넷 동호회 등을 통해 자신이 착용하던 마용렌즈를 거래하는 사례마저 있는 것으로 알고 있다"며 "이를 통해 렌즈에 묻어있던 각종 세균이나 바이러스가 전파될 수 있는 만큼 절대로 다른 사람의 마용렌즈를 사용해서는 안된다"고 경고했다.

하지만 서클렌즈 뿐만 아니라 일반 소프트렌즈에서도 개인의 위생관리 부족 등으로 인해 부작용을 빚는 사례가 많아 서클렌즈 자체를 규제대상으로 삼을 수 없다. 결국 렌즈를 착용하는 개인이 각별한 주의와 관리를 기울이는 한편 의료계 및 보건당국이 전국민적 계몽 활동을 나서야 한다는 지적이 제기되고 있다.

가톨릭대 · 안과학회 콘택트렌즈 착용에 관한 설문조사

렌즈 사용자 3명중 1명 "합병증 앓은 적 있다" 40% "잘 때만 렌즈 빼다" -대부분 10시간 이상 착용

렌즈를 착용하는 이들의 3명 가운데 1명은 렌즈로 인한 합병증 등 부작용을 겪은 것으로 나타났다. 또 절반 가량은 렌즈를 착용할 때 안과 등 전문의의 상담 및 진찰을 받지 않은 것으로 드러났다.

가톨릭대 의대, 강남성모병원 안과학교실과 대한안과학회는 렌즈 착용자 611명을 대상으로 '콘택트렌즈 착용에 관한 설문조사'를 벌인 결과 이같이 나타났다고 최근 밝혔다.

응답자들은 처음 렌즈를 착용할 때 안과에서 진찰을 받은 후 착용한 사람이 50%로 상당수가 병의원을 거치지 않고 착용한 것으로 조사됐다. 또 최초 렌즈를 구입한 곳은 안경점(47%)과 병의원(52%) 등으로 비슷했다.

처음 사용했던 렌즈는 연성매입착용렌즈(40%)가 가장 많았고 연성연속착용렌즈(26%), 연성일화용렌즈(8%) 순으로 각각 나타났으며 RGP(산소투과성 하드렌즈)는 10%에 머물렀다.

이는 선진국의 경우 처음에 하드 콘택트렌즈를 착용한 후 서서히 소프트렌즈로 바꾸는 행태와 상반된다.

응답자들은 주로 미용상(50%), 직업상(12%) 착용했다며 안경을 끼면 눈이 점점 나빠질 것 같아서 착용한다는 이들도 12%나 되었다. 렌즈를 처음 착용하게 된 계기는 친구나 친지의 권유(41%), 마스크를 통해서(24%), 안과 의사가 권해서(12%), 안경점

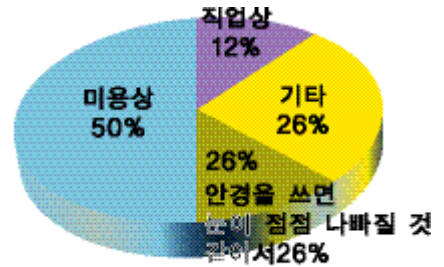
에서 권해서(8%) 등이었다.

착용자의 66%가 현재 처음 착용했던 렌즈와 다른 모델을 착용하고 있었으며 렌즈를 바꾼 이유로는 부작용 때문에(25%), 비싸서(20%), 안과 의사가 권해서(16%), 난시 때문에(9%) 등으로 조사됐다.

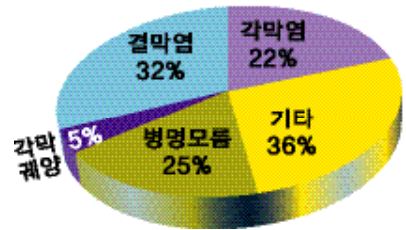
응답자 3명중 1명(34%)은 렌즈의 부작용을 경험했다며 부작용 사례로는 결막염이 32%, 각막염 22%, 각막궤양 5%, 병명을 모르는 경우도 25%였다.

하루 중 렌즈를 잘 때만 빼는 경우가 41%, 하루 8~10시간 착용이 40% 등으로 대부분의 사람이 일과시간중 항상 렌즈를 끼고 있는 것으로 나타났다. 그외 3~5시간 착용이 10%, 외출시에만 가끔 착용하는 경우가 5%, 착용한 채 자는 경우가 3%였다.

렌즈를 처음 착용하기 시작한 나이는 19~22세가 61%로 가장 많고 23세이후가 32%, 16~18세가 5%였다.



〈렌즈를 착용하는 이유〉



〈렌즈착용 부작용 사례〉



칼라렌즈 유행 경향과 선택요령

서클렌즈 인기

칼라렌즈는 블루 그레이 그린 브라운 등의 색상으로 이국적인 눈매를 연출하는 것이 일반적. 최근에는 연예인 중심으로 이용되던 서클렌즈가 인기가. 서클렌즈는 검은 눈동자 가장자리의 농도를 짙게 해 눈동자를 뚜렷하고 커 보이게 만든 기능성 렌즈다.

칼라렌즈 선택

서클렌즈를 포함한 칼라렌즈는 일반 콘택트렌즈 표면에 색상을 입혀 특수처리를 한 것 때문에 따가움이나 충혈 등의 문제를 일으킬 우려가 있다.

칼라렌즈를 선택할 때는 표면에 특수처리가 되어 있는지 산소투과율이 문제인지 착용감은 좋은지 꼼꼼히 따져봐야 한다. 특히 민감한 눈을 가진 렌즈 착용자들은 칼라렌즈를 착용하기 전에 전문 안과의사와 상담을 해야 한다.

칼라렌즈 착용

렌즈를 올바르게 관리하면 렌즈 트러블을 줄일 수 있다. 다목적 렌즈관리 용액으로 세척, 헹굼, 소독, 보존, 단백질 제거 과정을 지켜준다. 렌즈를 끼고 있을 때도 건조하거나 이물감이 느껴지면 즉시 렌즈 유희보습액을 넣어준다. 아맹증이 있거나 아토피진을 할 때에는 칼라렌즈를 되도록 끼지 않는 것이 좋다. 칼라렌즈는 일반 렌즈보다 눈에 적은 양의 빛이 들어와 시야를 어둡게 하기 때문이다. 또 기존 렌즈보다 산소투과율이 떨어지므로 너무 오랜 시간 착용하지 않도록 주의한다.

● 콘택트렌즈의 종류

〈재질에 따라〉

하드 렌즈 RGP 렌즈

(산소투과성 하드 콘택트 렌즈)

소프트 렌즈 매일착용 렌즈

연속착용 렌즈

일회용 렌즈

〈렌즈 디자인에 따라〉

구면 렌즈 비구면 렌즈 노릭 렌즈 이중초점 혹은 다중초점 렌즈 역기하 렌즈

1. 소프트렌즈

소프트렌즈는 함유율이 50% 이상인 고풍수 렌즈와 함유율이 50% 이하인 중저함수 렌즈로 구분한다.

장점 렌즈가 부드러워 처음부터 무리없이 사용할 수 있으며 먼지가 많은 곳에서도 착용할 수 있다. 직경이 크기 때문에 운동이나 외부충격으로 인한 파손의 우려가 없으며 넓은 시야의 확보와 편안함으로 인해 흘러 내리는 불편을 해소하여 야외활동에 이상이다.

단점 알맞은 렌즈착용이 아닌 경우나 정확한 관리를 이행하지 않을 경우 눈물순환이 부족하거나 렌즈에 단백질 등이 부착하여 각막 및 결막에 염증을 초래할 수도 있다.

2. RGP 렌즈 산소투과성 하드렌즈

RGP 렌즈는 산소투과율이 좋은 성질을 만들고 열이나 화학반응에 강하게 하며 산소용해도가 높고 침착물이 잘 생기지 않도록 했다. 눈물막의 점액과 친화성이 있어 눈물에 잘 젖고 침착물이 잘 생기지 않으므로 눈의 충혈이 거의 없고 건강안 환자도 비교적 잘 낫을 수 있다.

장점 하드와 소프트렌즈의 장점을 절충해 만들어져 광학적으로 우수한 성질을 가지고 있으며 산소를 투과시킬 수 있다.

단점 소프트렌즈와 달리 적응기간을 필요로 한다.

● 콘택트렌즈 부작용의 종류

1. 거대유두 결막염

소프트렌즈를 오래 사용하던 사람이나 렌즈 관리가 소홀하던 사람에게서 많이 보이는 부작용으로 초기엔 렌즈를 뺐을 때 약간 가렵고 아침에 눈곱이 많아지다가 점점 분비물이 많아지고 시야가 뿌옇고 가려움도 동반된다. 치료는 콘택트렌즈 착용을 중지시키고 치료하

며 치료가 끝난 후에는 가능하면 새 렌즈로 바꾸고 렌즈 소독을 철저히 하며 단백질 소독을 일주일에 두번 이상 한다.

2. 접촉성 과민 반응

콘택트렌즈 보존액이나 세척액, 소독액 등에 포함된 화학성분이 렌즈를 잘 행구지 않아 눈에 들어간 경우 눈에 자극감과 눈물이 날 수 있다. 렌즈 소독은 화학 소독보다 열소독을 하며 렌즈를 세척할 때 잘 행구도록 하고 렌즈를 다룰 때는 손을 깨끗하게 씻는다. 렌즈의 표면이 잘 씻기고 관리가 용이한 RGP 렌즈로의 대체도 한 방법이다.

3. 건조증

증상은 눈이 피로하고 이물감을 느끼며 눈에 충혈도 있을 수 있다. 눈물이 미르게 되면 콘택트렌즈가 각막에 상처를 주게 되어 각막염 등의 심각한 합병증이 우려되므로 콘택트렌즈 사용을 피하는 것이 좋다.

4. 각막상피손상

콘택트렌즈가 각막 위에 놓여 있고 눈꺼풀의 움직임에 따라 약간씩 움직이므로 각막 표면에 상처를 낼 수 있다. 렌즈가 눈에 맞지 않게 처방되었거나 빤스럽게 끼지 렌즈를 착용한 경우 등에서 잘 볼 수 있는데 렌즈를 빼고 몇 시간 후에 이물감이나 통증 등의 증상을 느끼는 경우가 많다.

5. 세균성 각막염

렌즈를 빤스럽게 끼거나 끼고 잠을 잔다든지 하면 눈물과 산소 부족으로 각막상피에 상처가 생기고 여기를 통해 렌즈에 붙어 있는 세균이 각막 속으로 침투하면 콘택트렌즈 부작용 중 가장 심각한 각막염에 걸리게 된다. 실명에 이를 수 있는 세균성 각막염은 예방이 가장 좋은데 렌즈를 끼고 자지 말고 밤에는 가능하면 렌즈를 빼고 렌즈케이스를 철저히 소독하며 식염수는 작은 용량의 소독된 정품을 구입하여 너무 오래 사용하지 않도록 한다.