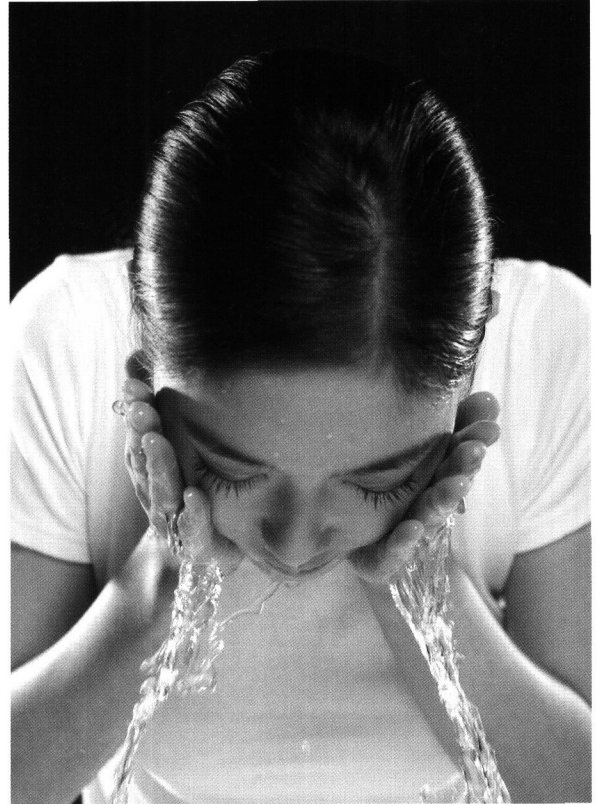


꽃가루와 황사로부터 꿀피부 지키기

겨울의 모진 한파가 사라지고 따뜻한 햇볕이 내리쬐는 초봄이 되면 모든 초목이 새싹을 피우는데, 이 같은 변화는 피부에도 나타난다. 하지만 안타깝게도 피부는 자연처럼 파릇파릇하게 꽃을 피우는 것이 아니라, 추웠던 지난 날을 잊고 긴장을 풀어 상태가 불안정해지고 자외선이 강해짐에 따라 더욱 건조해진다.



꽃피는 봄 그러나 피부는 건조한 사막

피부는 겨울 추위로부터 조금이라도 몸을 보호하고자 털구멍이나 땀구멍을 막아 체온의 발산을 방지하고 있다가 봄이 되어 따뜻한 기운을 접함으로써 살결이 부풀어 오른다. 따뜻한 호흡 속에서 신진대사가 활발해지면 추위로 인해 수축되어 굳게 닫혀 있던 털구멍 속의 신진대사 또한 함께 활성화되고 이 때문에 피지의 분량이 늘어나면 털구멍 속에 있던 지방이 굳어져 부스럼이 되기 쉬운 것.

봄 분위기를 한껏 풍기며 훑날리는 꽃가루나 공기 중의 수분 부족으로 모래를 많이 실어 나르는 봄바람 역시 피부에는 전혀 도움이 되지 않는다. 꽃가루에 알레르기가 있는 사람은 물론이고 그렇지 않은 사람이라도 피부에 직접 묻거나 혹은 손을 통해 얼굴에 닿으면 피부 표면을 거칠게 만들고, 가려움을 동반한 피부 발진을 유발할 수 있다.

특히 공기 중 바람을 통해 피부를 공격한 꽃가루나 모래바람을 즉시 씻어내지 못했다면 모공 속으로 침투해 더욱 심각한 피부 트러블을 일으키기도 하며, 가벼운 피부 발진은 방치할 경우 주변 부위로 퍼지거나 증상이 심하면 눈과 입 주위가 부어오를 수 있다.

**황사가
피부에 닿으면
심각한
피부염 일으켜**

꽃가루는 바람을 타고 수백 킬로미터씩 이동하기 때문에 집이나 사무실 주변에 나무가 없더라도 안심할 수만은 없다는 것이 더욱 문제. 때문에 봄철 꽃가루나 건조한 바람으로부터 피부를 보호하기 위해서는 바람이 많이 불고 꽃가루가 많이 날리는 날은 될 수 있으면 외출을 삼가되, 반드시 외출해야 한다면 얼굴과 손발을 깨끗하게 씻어줘야 한다. 세안은 꼼꼼하게 하면서도 피부를 지나치게 자극하지 않도록 강하게 문지르기보다는 깨끗한 물에 여러 번 헹구 내는 방식이 아름다운 피부를 가꾸는데 가장 기본이라는 점을 늘 염두에 두는 것이 좋겠다.

그런데 이게 다가 아니다. 얽힌 데 덮친 격으로 봄에는 반갑지 않은 또 다른 손님, 황사까지 함께 온다. 황사 먼지에는 이황산가스나 카드뮴, 납 성분 등이 섞여 있어 피부가 예민하거나 지나치게 황사 바람에 많이 노출됐다면 이는 심각한 피부염을 일으킬 수 있다.

황사가 피부에 직접 닿으면 가장 흔하게는 가려움증이나 따가움, 발진, 발열 등이 생긴다. 황사 먼지가 피부에 남아있게 되면 아토피성 피부염이나 피부건조증, 건성 습진이 생길 수도 있으며 황사가 모공으로 침투해 피지선을 막게 되면 여드름이 유발될 수 있으니 역시 세안을 자주 하고 외출 전 피부를 보호할 수 있는 크림 등으로 튼튼한 방어벽을 만들어 모공에 황사가 직접 닿지 않도록 해야 한다.

만물이 소생하고 꽃 피는 봄날, 봄처럼 생기 있고 화사한 피부를 갖고 싶다면 평소 규칙적인 생활습관 유지와 각종 문제 유발 요인으로부터의 예방, 그리고 트러블에 대한 즉각적인 대처가 나의 피부 나이를 결정한다는 점을 잊지 말자.

특히나 평소에도 여드름 등으로 인해 스트레스를 받고 있었다면 봄철 꽃가루나 건조한 바람, 황사 먼지 등으로 인해 더욱 건조해지고 여드름 증상이 더 크게 악화할 수 있기 때문에 가급적이면 이러한 상황에 노출되는 시간을 줄이는 것이 바람직하다.

만물이 소생하고 꽃 피는 봄날, 봄처럼 생기 있고 화사한 피부를 갖고 싶다면 평소 규칙적인 생활습관 유지와 각종 문제 유발 요인으로부터의 예방, 그리고 트러블에 대한 즉각적인 대처가 나의 피부 나이를 결정한다는 점을 잊지 말자.

**꽃가루
황사는
여드름에
치명적**

