



## 피부와 약의 오·남용



국 홍 일

인간이 만든 제도나 살아가면서 저절로 생긴 풍속·습관 및 생활의 슬기는 처음부터 완벽한 것이 없다. 시행하다 보면 착오도 생기고 많은 사람들이 피해를 본 뒤에야 잘못된 습관·풍속·생활의 슬기가 뒤바뀌어 고쳐지는 것이다.

어떤 제도나 습관 또는 생활의 슬기는 어릴 때부터 적응된 사람에게는 편하고 장점만 보이는 대신 적응되지 못한 사람에게는 항상 불편하고, 이 때문에 부정적인 시각이 형성된다.

편한 사람은 이런 생활주변의 일을 그대로 답습하려 하고 불편한 사람은 개선되기를 원하는 것이 인간의 욕망이지만 이들 갈등은 개선되거나 안되거나 스트레스화 함으로써 의식의 공감대가 분리된다.

이와같은 사실은 병이나 약에 대한 집단 의식에도 똑같은 적용되며, 환경과 민족에 따라 집단 의식이 달라진다.

우리나라 사람의 병이나 약에 대한 의식은 아주 잘못된 것이 많다. 병이 나면 고치려는 의욕은 있되 약에만 의존하려 하고, 이 약의 사용도 많이 먹거나 바를수록 좋고 단번에 효과가 나는 것을 명약(名藥)으로 친다.

예를 들어, 일정한 혈중농도를 유지하면서 유해한 세균의 성장을 억제함으로써 몸이 스스로 병을 고치는 줄은 모르고 500mg 혹은 1g만 먹어도 충분한 항생제를 많이 먹으면 더 빨리 또는 고통없이 나을 것이라 기대감으로, 극미량만 있으면 나머지는 오히려 독이 되는데도 정량 복용 지시를 어기고 마구 먹어 낸다. 비타민·간장약·정력강장제 등이 이런 범주에 속한다.

‘절대적으로 좋은 약은 절대적인 부작용이 있다’는 약언(藥諺)을 구태여 강조하지 않더라도 피부약 만큼 남용되는 경우도 드물다.

노출의 계절인 요즘은 각종 피부병이 많이 생기고 피부미용 트러블도 늘어난다. 야외에 나가 외부물질에 접촉되어 알레르기반응을 일으키거나 접촉물질에 대한 거부반응으로 생기는 접촉성피부염, 어린이나 햇볕에

어떤 피부병에 정확한 진단도 없이 아무 피부약이나  
바르면 처음에는 잘 낫는 듯하다가도 완치가 안되고  
상태가 악화되는 수가 있다.

노출되어야만 하는 사람들이 고통받는 화상 및 광과민증 등이 피부트러블의 전형적인 예다.

이런 피부트러블을 일으킨 사람들의 대부분은 병원을 찾기보다 약국에 가서 손쉽게 구할 수 있는 피부연고를 사다 바르기 일쑤다. 그러나, 1차적으로 쓰이는 이 피부약이 상태를 악화시키거나 난치성의 피부병으로 옮겨가는 징검다리 역할을 하는 수가 많다.

덥고 습기찬 여름에는 곰팡이가 제 세상을 만난다. 무좀으로 고생하는 사람이 늘고, 사타구니 부위가 벌겋고 가려워 고생하는 질환도 모두 곰팡이에 의한 것이다.

이런 피부질환에 아무 약이나 발라 고생을 사서 하는 사람이 있다. 항진균제를 발라야 할 것을 스테로이드제제가 함유된 것을 발라 습진성 피부염까지 겹쳐 무덥고 더운 밤을 고통으로 지낸다.

어떤 피부병에 정확한 진단도 없이 아무 피부약이나 바르면 처음에는 잘 낫는 듯 하다가도 완치가 안되고 상태가 악화되는 수가 있다.

여러가지 성분이 섞인 것이라 같은 증상에 되풀이되면 그 약에 저항이 생겨 나중에는 아무런 효과가 없음에도 습관적으로 발라 약간 적응이 되는 물질의 효과가 없어져 적절한 치료약에도 저항하는 상태가 된다.

그 대표적인 질환이 곰팡이에 의한 칸디다증이다. 칸디다 알비칸스라는 학명이 붙은 곰팡이의 일종이 피부에 병변을 일으키거나 여성의 음습(陰濕)한 부위인 질내에 살게 되면 그 가려운 고통은 당해보지 않은 사람은 상상할 수 없다. 남 앞에서 마구 긁어댈 수도 없는 곳이라 긁을 수도 없고 몰래 긁으면 붓고 피부가 해지며 2차감염까지 되어 쓰리고 아프다.

이때 흔히 생각하는대로 소금물로 박박 문질러 씻는 사람이 많은데 그 자극으로 더욱 견디지 못할 정도로 곰팡이가 극성을 띤다.

그보다 더욱 나쁜 것은, 멋모르고 먹는 항생제다. 항생제를 복용하면 질내에 아무런 해도 끼치지 않고 서로 견제 역할을 하던 세균이 박멸되어 곰팡이의 세력이 세져 악화된다. 피부에 바르는 연고도 효과가 좋다고 오래 바르면 피부가 얇아지고 모세혈관이 두드러져 피부를 망친다.

여드름의 경우, 처음 몇개 낫을 때 시중에서 파는 약을 바르면 피부가 깨끗해지고 여드름도 없어지는 것 같이 보인다. 그러다가 다음에 또 몇개 더

피부는 미인의 상징이기에 민간요법이나 비과학적인 방법으로 가꾸는 것은 바람직하지 못하며, 약은 그 부작용이 두드러지므로 반드시 전문의의 도움을 받아야 한다.

나면 또 바르고 심하게 나면 왕창 바르는 것을 되풀이하면 피부가 우둘투둘해지고 거의 낫지 않는 스테로이드성 여드름이 된다.

스테로이드란 부신피질호르몬제의 다른 명칭으로 신장 위에 팔알만 하게 붙어있는 부신(副腎)의 피질(皮質)에서 생산되는 호르몬이다. 이것은 인체에서 자연 생산되는 양이 평생동안 찻숟갈 하나 정도로 극미량이며 아주 우수한 항염제(抗炎劑)이지만 다량으로 남용하면 갖가지 부작용을 일으킨다.

이 인공합성된 스테로이드를 피부에 바르면 여드름의 경우 붉은 굳껍질을 연상케 할 정도로 흉하게 된다. 그리고 여간해서 잘 낫지도 않는다.

피부가 검어지는 경우도 한번 생각해보자. 햇빛을 받으면 그 속에 있는 자외선의 유해성으로부터 인체를 보호하기 위해 방어기전이 발동된다. 이 방어기전이 피부를 검어지게 만드는데 이 색소변화가 일률적이지 않고 듬성듬성 번져 얼룩이 질 때는 아주 고약하다.

기미라 불리는 이 색소이상은 햇빛 뿐 아니라 여러가지 원인이 복합되어 나타나지만 우선 직접적으로 햇빛에 노출되는 것을 피하면 그렇게 나빠지지 않는다.

그 방법 중 하나가 약으로, 일광차단제라 불리는데 이 일광차단제도 피부에 바르는 이물질이라 알레르기반응을 일으킬 수 있으며 맞지 않는 지수의 차단제를 바르면 오히려 피부트러블을 일으킨다.

접촉성피부염도 그렇고 심하면 싹뿔줄도 드러난다.

차단크림에는 차단지수(SPF, Sum Protection Factors)가 표기되어 있는데 숫자가 높다고 해서 햇빛을 많이 차단한다거나 피부에 좋은 것이 아니다. 백인피부와 동양인피부가 틀리고 환경과 일광조사량도 틀리는데 일부 특정인에게만 맞는 SPF 60~70짜리는 우리나라 여성에게는 오히려 나쁠 수도 있다.

피부가 전문의가 테스트해 보고, 그에 알맞은 차광제나 화장품을 골라야 한다.

피부는 미인의 상징이기에 민간요법이나 비과학적 방법으로 가꾸는 것은 바람직하지 못하며 약은 그 부작용이 두드러지므로 반드시 전문의의 도움을 받는 것이 바람직하다. 72 <필자=국홍일피부레이저클리닉 원장>