

# 자외선 차단 상품

- 확장품 · 양산 · 모자 · 선글라스 · 스타킹 -

야외 활동이 많아지고 노출이 심해지는 여름에 신경 써야 하는 것이 자외선이다. 피부를 건강하게 오래도록 유지하려면 자외선 차단책이 필수적으로 요구된다. 자외선을 차단하기 위한 상품들과 효과적인 사용법 등을 알아본다.

■글/류광선(객원기자)

80년대만 하더라도 햇볕에 검게 그을린 구릿빛 피부는 건강미의 상징처럼 여겨졌다. 여름 휴가 때는 으레 피부의 표피가 한 꺼풀 벗겨져야 잘 놀고 왔다는 소리도 들었다. 이렇게 피부를 검게 태우는 작용을 하는 것이 자외선이다.

자외선은 태양의 여러 광선 중 눈에 보이지 않는 광선의 하나로 파장의 길이에 따라 A, B, C 3종류로 구분된다.

파장이 가장 긴 UVA(320~400nm)는 '생활 자외선'으로 불린다. 외출할 때의 햇볕이나 유리를 통해 비춰지는 햇볕 등이 포함된다. 피부 탄력을 감소시키고 멜라닌 색소를 증가시켜 피부를 검게 만드는 선탄(Sun Tan)의 원인이 된다.

피부 깊숙이 침투하여 잔주름·기미·주근깨·피부 처짐 등의



피부 노화를 가져오며 색소 침착 작용이 강하다.

중간 길이의 파장인 UVB(290~320nm)는 '데저 자외선'으로 불린다. 강렬한 태양 아래에서 운동할 때 문제가 되는 자외선 유형이다.

주로 3~9월 사이에 많아지며 급격한 태양 노출로 인한 피부 홍반·물집 등 화상이나 염증을 일으키는 선번(Sun Burn)의 원인이 된다.

파장이 가장 짧은 UVC(200~290nm)는 오존층에서 흡수되어 지

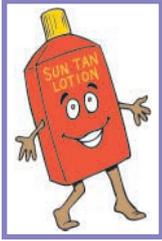
표면에는 도달하지 않았으나

최근 환경 오염으로 인해 오존층에 구멍이 뚫려 UVC가 지표면까지 도달해 피부에 미치는 영향에 대한 우려가 크게 일고 있다. 강력한 피부 세포 파괴력이 있으며 피부암을 유발하기도 한다.

자외선에 대한 경각심은 지난해 6월 1일 이후 기상청에서 실시하고 있는 피부에 영향을 주는 자외선 강도를 수치화해 알려주는 자외선 지수 예보제에도 잘 나타난다.

자외선 지수가 5.5 이상 되는 날에는 자외선 예방책을 세운 다음에 야외 활동을 하는 것이 좋다는 식으로 예보하는 것이다.

## 자외선 차단 상품



### \* 화장품

선크림은 자외선 차단 화장품의 대표 제품으로 자외선 A와 B를 차단하는 효과가 있다. 자외선 차단 효과는 화장품에 표시된 자외선 차단지수(SPF)를 보면 알 수 있다. 각 제품마다 자외선 차단지수가 적혀 있는데 계산 방법은 이렇다.

대체적으로 피부가 햇빛에 노출된 후 붉어지는 홍반 현상은 약 20분 정도면 나타난다. SPF 25인 제품을 사용한다고 하면  $20(\text{분}) \times 25(\text{SPF}) = 500(\text{분})$ 으로 계산하여 500분(약 9시간)이라는 차단 시간을 산정할 수 있다. 화장품 회사마다 본격적인 여름철을 맞아 다양한 신제품을 출시 중이다.

태평양은 '라네즈' 브랜드로 3만원대 선블록 밀크와 크림을 지난 3월 출시했다. 올 매출 목표는 40만개(38억원)다. 비타민 E와 황

금 추출물이 피부에 유해한 활성물질을 제거해 피부 트러블을 방지해주는 효과가 있다고 한다. '아이오페 선블록' 브랜드는 2만원대로 8만여개를 판매할 계획이다.

LG생활건강은 일상 생활용(SPF 20)과 레저 및 스포츠용(SPF 32)으로 구분, 라끄베르 브랜드로 선보였다. 한국화장품의 '칼리선 디펜서'는 피부에 자극이 적은 것이 특징이며 내수성이 뛰어난 레저 전용 제품이다.

코리아나의 '엔시아 선크림'은 오일프리(OIL Free) 타입 제품으로 사용감이 청량하다. 휴대 사이즈로 간편하게 만들었다.

나드리화장품은 메이크업 기초 단계에서 사용되는 '사이버 2UV블록' 메이크업 베이스와 화운데이션을 내놨다. 최근에 출시한 자외선 선크림의 경우 자외선 차단지수가 42로 효과가 오래 지속된다. 물이나 땀에 잘 지워지지 않고 모래가 잘 묻어나지 않는 점이 특징이다.

라미화장품의 '라피네 선블록 36'은 피부 자극이 전혀 없는 자외선 차단제인 초미립자 산화

티탄을 사용하여 UVA는 물론 UVB를 동시에 차단시켜 준다. 일상 생활이나 레저 활동으로 인한 자외선의 노출을 효과적으로 막아준다.

로제화장품의 대표 브랜드인 로제환희에서 최근 선보인 '이코노미 선블럭 크림'은 SPF 지수가 36으로 12시간 차단 효과가 지속된다.

소비자들은 선크림을 사용할 때 화장수와 에센스를 충분히 바른 후 그 위에다 발라주는 게 좋다. 바를 때는 한꺼번에 많이 사용하지 말고 조금씩 얇게 덧바르는 방법이 보다 효과적이다. 사용 부위는 얼굴 이외에 팔이나 목, 가슴 윗부분, 뒷목선, 다리 등 햇빛에 노출되는 모든 부분이다.

화장품은 백화점이나 대리점을 통해 구매했을 경우 정찰가 그대로 주게 된다. 그렇지만 신제품이나 정품만을 취급하므로 구매 안정성이 높다. 반면 화장품 할인 코너에서는 태평양 제품은 20%, 기타 상품은 25% 정도 할인 판매하지만 신규 출시된 제품은 없는 경우가 많다. 원하는 상품을 구매하지 못할 가능성이 높다.

아이들은 신진대사가 활발해 햇볕에 그을린 피부가 금방 회복된다. 하지만 피부가 연약해 쉽게 달아올라 화끈거린다. 심할 경우 가렵거나 빨갱게 부어오른다. 어렸을 때 피부가 심하게 자외선에 노출되면 성인이 돼도 자외선에 민감하다. 아이들이 사용하는 자외선 차단 제품은 사용감이 산뜻하고 SPF가 높지 않은 게 좋다.



선크림은 자외선 차단 화장품의 대표 제품으로 자외선A와 B를 차단하는 효과가 있다. 화장품 회사마다 본격적인 여름철을 맞아 다양한 신제품을 출시하고 있다.

▶ 젊은 여성들은 양산보다 모자를 애용하지만 자외선 차단에는 양산이 더 효과적이다.  
▼ 좋은 선글라스는 자외선을 차단하고 가시광선은 통과시키는 렌즈를 채용한 것이다.



### \* 모발 화장품

모자를 쓸 수 없거나 착용하더라도 여전히 머리카락이 많이 노출되는 경우 사용하면 제격이다. 식물 성분과 실리콘이 함유되어, 머릿결을 건강하게 유지하는데 도움을 준다.

LG생활건강 아르드포 헤어케어 무스, 스프레이, 헤어젤 등이 있으며 가격은 3천6백~7천5백원.



### \* 스포츠 의류

실 자체에 자외선 차단 처리제를 넣거나 완성된 원단에 자외선 차단 처리제를 사용하는 방법 등으로 제작된 자외선 차단 의류는 일반 면 의류에 비해 자외선 차단율이 15~20% 정도 올라가는 효과가 있다. 부수적으로 가시광선 투과도 차단하며, 시원한 느낌을 준다. 일반적으로 진한 색이 흐린 색의 옷

보다 자외선 차단율이 높다. 골프의류는 대부분 이 같은 기능들을 갖추고 있다.



### \* 양산

젊은 여성들은 양산보다 모자를 애용하지만 사실 자외선 차단에는 양산이 더 효과적이다. 자외선 차단뿐만 아니라 방수 가공까지 해 우산으로도 사용할 수 있는 제품이 인기가 있다. 비를 맞았을 때는 되도록 빨리 말려 자외선 차단 코팅 기능이 손상되는 것을 막아야 한다.

백화점에는 유명 브랜드의 자외선 차단 기능 양산이 많이 나와 있다. 피에르발만·미치꼬턴던·니나리찌 등의 UV 양산은 4만2천~7만5천원 선이며, 하디에이미 상표는 2만8천원선.

대형 할인점인 까루프에서는 자외선 차단 기능이 있는 발렌티노 크리스티라는 제품을 1만2천원에 판매한다. 남대문이나 청계천 5~6가에 밀집해 있는 우산 도매상에서는 UV 양산을 1만5천~2만원

정도의 가격으로 구입할 수 있다. 일반 양산은 8천~1만원 정도다.

일반 양산의 자외선 차단율은 70%인 반면, 자외선 차단 양산은 90% 이상이다. 양산은 실크·면보다는 자외선 차단 코팅이 잘 먹는 화학 섬유 재질이 차단 효과가 좋다. 품질 표시 사항에 UV 코팅 표시가 돼 있는지 확인하고 구입해야 한다.



### \* 모자

차양이 있는 모자를 쓰는 것만으로도 눈에 닿는 자외선의 50% 정도는 차단할 수 있다. 무방비로 노출되기 쉬운 목 뒷부분을 덮어주는 제품이 자외선 차단에 보다 효과적이다.

자외선 차단 모자는 마·면·혼방 등에 특수 코팅 처리를 해 자외선을 차단한다. 가볍고 부드러울 뿐만 아니라 물빨래가 가능해 실용적이다. 파스텔톤의 연한 색상이 인기 품목이다.

자외선 차단 제품은 주로 백화점이나 대형 할인점 등을 통해 유통된다. 사이차르 소재 일본 직수입 제

품은 14만원, 국내 상품은 5만~6만원 선이다. 김스클럽 서울점은 다망컬렉션의 자외선 차단 모자를 1만1천~1만3천원선에 판다.

남대문 시장 모자 전문점에서는 일반 제품만을 취급한다. 나일론 소재는 8천~1만원, 밀짚 제품 1만~1만2천원, 싸리 소재 1만3천~1만5천원, 모시 소재 1만8천~2만원. 천연 재질 모자의 자외선 차단 효과는 자외선 차단 모자의 60% 정도.



### \* 선글라스

좋은 선글라스란 자외선을 많이 차단시키고 가시광선은 그대로 통과시키는 렌즈를 채용한 것이다. 자외선은 많은 양의 열에너지를 갖고 있어 태양의 강렬한 빛을 직접 쏘이면 수정체와 망막에 손상을 입는다.

물이나 눈에서 쏟아지는 자외선은 수목이나 땅의 반사율(5% 정도)에 비해 무려 85%나 반사되므로 물가나 스키장을 찾은 사람들에게 선글라스 착용은 필수다. 자동차 운전자는 앞차의 보닛에서 받는 반사광과 차유리 때문에 자외선을 많이 흡수할 위험이 높으므로 선글라스를 착용하는 것이 좋다

자외선 투과율은 품질 표시에는 적혀 있지 않으나 전문 안경사가 있는 업소에 가면 자외선 측정기가 갖춰져 있어 확인할 수 있다. 색이 너무 진한 선글라스는 가시광선 투과율이 낮아 좋지 않지만 거울에 비추어 눈동자가 보일 정도거나 신호등을 구별할 수 있는 정도의 색깔이

면 문제가 없다.

도수를 넣은 선글라스를 낄 때는 렌즈가 큰 것은 되도록 피한다. 렌즈가 클 경우 안경과 눈의 축을 맞추기 어려워 눈에 부담을 주기 때문이다. 가격은 국산 제품이 3만~8만원선이다. 일산 E마트에 있는 아이네트 안경점처럼 일반 선글라스에 UV코팅을 해주고 5천원을 더 받는 경우도 있다.

수입 브랜드로는 엠프리오 아르마니, 베르사체, 구찌, 켈빈클라인, 지오르지오 아르마니 등이 대표적이며 8만~15만원선에 구입이 가능하다. 가르푸에서는 국산 선글라스가 3만5천원, 구찌 브랜드가 8만원선이다.

### \* 스타킹

스커트 아래 다리도 안전지대가 아니다. 다리의 탄력성을 잃지 않도록 자외선의 투과도를 대폭 감소시킨 스타킹이 선보이고 있

자외선으로 피부가 화끈거릴 정도로 따가울 때는 천연 재료로 팩을 하는 것이 효과적이다. 오이가 대표적이데, 즙이 묽어서 흘러내릴 경우 밀가루를 섞어준다.



다. 신영 비비안 UV 커트 서포트, 비너스 UV 커트 스타킹 등이 대표적이다. 가격은 3천5백원선.

## 효과적인 사용법

### 상황·장소에 맞게 함께 사용해야

자외선 차단 상품을 잘 활용하면 건강에 큰 도움이 된다. 보다 효과적으로 이 제품을 이용하려면 상황과 장소에 맞게 여러 가지 제품을 함께 사용해야 한다.

여성이 야외에서 골프나 테니스를 칠 경우를 예로 들어보자. 메이크업을 할 때 메이크업베이스로 피부 안정성이 뛰어난 선크림을 사용한다. 파운데이션은 워터프루프 타입을 사용해 땀에 얼룩이 지지 않도록 한다. 화장을 수정할 때에는 트윈 케이크이 효과적이다.

바를 때에는 스폰지 퍼프를 물에 적서 짰 후 이용하면 밀착력도 좋고 청량감도 느낄 수 있다. 선크림은 2~3시간마다 덧바른다. 여기에 챙이 긴 모자는 필수적이다.

해변가에서는 자외선 차단에 더욱 신경을 써야 한다. 새하얀 모래밭은 자외선 반사율이 20%, 수면의 자외선 반사율은 85%이다.

따라서 자외선 차단지수가 높은 선크림과 모자·선글라스·타월·헐렁한 마른 옷 등을 함께 사용해 반사 광선에 의한 피해를 줄여야 한다. 워터프루프 타입의 선크림을 몸 전체에 발랐어도 활동하면 마찰에 의해 제거될 수 있으므로 지속적으로 덧발라줘야 한다. ☹