

오늘의 날씨와 생활

9월 9일 수요일 음 7월 22일 (14월)

기상정보



맑음

대체로 맑은 날씨를 보일 것으로 전망된다. 아침 최저 기온은 22~23°C, 낮 최고 기온은 27~30°C의 분포를 보이겠다. 산지를 중심으로 박무가 낄 것으로 예상돼 안전에 유의해야 한다. 바다의 물결은 전 해상에서 0.5~1.5m로 일겠다.

오전	강수 확률	오후
0%	제주	0%
0%	성산	0%
0%	고산	0%
0%	서귀포	0%

해뜰 06:13	달뜰 22:48
해침 18:49	달침 12:16
만조 01:55	간조 08:56
물때 15:19	21:38

주간예보

내일 구름 많음 23/27°C
모레 구름 많음 23/27°C

생활·안전 기상정보

식중독지수 위험 자외선지수 매우 높음



우주여행 갔던 쥐, 근육질돼 돌아왔다

암컷 40마리 보내 실험

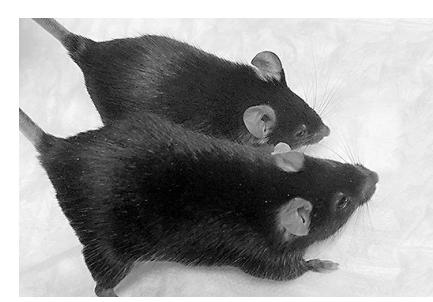
우주에 오래 머물거나 병상에서 지내다가 체내 근육이 손실될 가능성은 떨어줄 만한 실험 결과가 나왔다.

7일(현지시간) AP 통신에 따르면 미국 잭슨 연구소 이세진 박사팀은 어린 암컷 쥐 40마리를 지난해 12월 한 달간 국제우주정거장(ISS)에 보내 실험했더니 이들이 나타났다고 밝혔다.

실험 결과 사전에 일명 '마이티 마우스' (mighty mouse·강력한 쥐) 요법을 적용해 근육량을 두배로 키운 뒤 우주로 보낸 쥐 8마리는 근육량을 그대로 유지한 채 지구로 돌아왔다.

또 우주에서 지내는 도중 이 요법을 적용한 쥐 8마리는 오히려 근육량이 급격하게 늘어난 상태로 지구로 귀환했다. 요법을 적용하지 않은 나머지 32마리는 예상대로 근육량이 최대 18% 줄어든 채 복귀했다.

이 요법은 근육량 증가를 막는 단



근육량이 2배로 늘어난 '마이티 마우스'.

백질 유전자를 차단해 근육량을 유지하거나 늘리는 원리다.

AP통신은 이번 연구 결과가 장기간 우주에 머물러야 하는 우주비행사들은 물론, 병상이나 훈련에서 지내느라 거동이 어려운 이들의 근육과 뼈 손실을 예방하는 데 이용될 수 있다고 전했다.

연구진은 다만 이를 인체에 적용하기까지는 몇 년이 걸릴 예정이라면서 부작용 없이 근육과 뼈를 형성할 수 있는 방법을 찾기 위해 더 많은 연구가 필요하다고 밝혔다. 연합뉴스

한국일보

제 주 대 표 신 문

발행인·인쇄인·편집인 이 용 곤 편집국장 조 상 윤
④ 63185 제주특별자치도 제주시 서사로 154
대표전화 (064)750-2114

인터넷 서비스 http://www.ihalla.com
e-mail : hl@ihalla.com

기사제보 750-2214 / FAX 752-9790

구독신청·배달 750-2330
구독료 월정 10,000원, 1부 500원

1989년 4월 22일 창간 / 등록년월일: 1988. 12. 5 등록번호: 제주. 가. 00002

본지는 신문윤리 강령 및 그 실천 요강을 준수한다.

건강&생활



김재인
슬로우성형외과 원장

흔히 코성형이라고 하면 코를 높이는 수술이라고 생각한다. 동양인들은

인종적인 특성 상 코가 작고 낮은 경우가 많는데 아무래도 서구적인 얼굴을 선호하다보니 결국 낮은 코를 높이는 형태의 수술을 많이 시행하게 되고, 그래서 생긴 표현이라고 볼 수 있다. 하지만 요즘 들어 코성형이라는 용어 보다는 콧대성형, 코끝성형 등의 세분화된 용어로 많이 사용되고 있다. 물론 전부 코성형술(rhinoplasty)의 범주 안에 들어가기는 하지만 이렇게 세분화된 용어를 사용하는 데는 이유가 있다.

흔히 말하는 콧대성형은 뾰통을 높이는 수술이다. 코는 미간부터 코끝사

콧대성형과 코끝성형

이의 딱딱한 부분과 불령한 코끝으로 나눌 수 있는데 콧대라고 하면 보통 이 딱딱한 부분을 말한다. 이 부분은 코뼈와 상외측연골로 이루어져 있으며 이 부분을 성형하는 수술을 콧대성형이라고 한다. 불령한 코끝은 하외측연골로 이뤄져 있으며 보통 이 부분을 성형하는 수술을 코끝성형이라고 한다.

코성형이 시작되었던 초기에는 실리콘보형물을 이용해 콧대부터 코끝까지 코 전체를 높이는 수술이 일반적이었다. 콧대부터 코끝까지 이어지는 긴 보형물을 코 안에 집어넣어 코를 전체적으로 높이면서 모양을 만드는 방법이다. 이러한 수술의 경우 수술 후 모양은 우수하지만, 코는 원래 콧대와 코끝으로 분리돼있기 때문에 보형물로 이 두 부분을 이어버리게 되면 코끝의 움직임이 어색하고 지나치게 인위적인 느낌을 줄 수 있다. 흔히 수술한 코인지 아닌지 알아보는 방법으로 손가락으로 들창코를 해보라는 경우가 있는데 긴 실리콘보형물을 코끝까지 쓴 경

우 들창코가 잘 되지 않고 코를 움직임이 자연스럽지 않기 때문이다.

이러한 문제를 해결하기 위해 최근에는 콧대와 코끝을 나눠 수술하는 방식을 선호한다. 사람의 코는 콧대와 코끝으로 나뉘어져 있기 때문에 이렇게 수술하는 방법이 원래의 해부학에 더 일치하는 방법이라고 할 수 있다. 콧대는 움직이는 부분이 아니므로 기존처럼 보형물을 사용하는데 그 길이가 코끝까지 이어지지 않게 수술을 하고, 코끝은 자가연율을 이용해 따로 수술을 시행한다.

코끝의 모양은 하외측연골이 좌우하게 된다. 동양인들의 코끝이 낮고 등간 이유는 이 연골의 크기가 작고 힘이 없기 때문에 기존의 보형물을 이용한 코끝성형의 경우 이 연골의 보강 없이 연골 위에 보형물을 올리게 되므로 코끝의 움직임이 부자연스러운 것은 물론, 시간이 오래 지나면 코끝이 아래로 처지거나 콧구멍 모양이 변형되는 등의 문제가 생길 수 있다. 그래서 자가연율을 통해 콧대와 코끝을 분리하는 수술을 시행한다.

생길 수 있다. 그래서 자가연율, 즉 본인의 연골을 사용해 하외측연골을 튼튼하게 보강하고 모양을 바꿈과 동시에 연골 위에 연골을 이식, 코끝을 올리는 방법을 쓰게 된다.

이처럼 과거와는 다르게 원래 코의 해부학과 일치하게 수술을 해야 코의 모양이나 움직임이 자연스럽기 때문에 콧대와 코끝을 분리해서 수술을 하게 됐고 그래서 콧대성형과 코끝성형이라는 용어로 세분화됐다고 할 수 있다. 하지만 코는 두 부분의 조화가 이뤄져야 예쁜 코라고 할 수 있다. 단순하게 콧대가 낮으니까 콧대성형을 또는 코끝이 둉그니까 코끝성형을 추천하는 식으로는 좋은 결과를 얻을 수 없다. 또 보형물을 사용해 코를 크게 만드는 수술은 좋은 수술이 아니다. 현재 코의 모양에서 부족한 부분은 무엇인지 또 그에 어떤 식으로 교정이 가능한지를 전문의와 면밀하게 상담한 후 수술 방법을 정하는 것이 가장 중요하다.

열린마당

극조생 감귤 품질관리, 9월이 중요하다



김창윤
제주도농업기술원 감귤기술팀장

앞으로 20여 일 뒤 노지 극조생 감귤 출하가 진행될 전망이다. 현재 극조생 감귤 생육은 지난해 대비 당도·산함량이 낮아 당산비는 비슷한 것으로 조사됐다. 이에 토양·건조와 품질 향상 위주로 관리하면 품질이 올라갈 것으로 생각된다. 그러나 주석을 노려 저급한 감귤이 출하될까 우려스럽다.

감귤 생산 및 유통에 관한 조례에서 정한 극조생 감귤의 출하기준은 당도 8브릭스, 착색 기준은 10월 말 이전에 출하하는 것은 70% 이상이어야 한다.

극조생 감귤 품질 관리를 위해 우

벽을 단단하게 만들어줘야 한다.

또 수확하기 전 반드시 부패 방지약제를 뿐만 아니라 고온기 유통과정에서 발생할 수 있는 부패과 발생을 사전 차단해야 한다. 부패 방지약을 뿐만 아니라 악제에 따라 수확 전 살포 일수를 반드시 지켜야 농약허용물질목록 관리제도(PLS)로부터 안전하다.

열매를 수확한 후에는 바로 출하하는 것보다 그늘에서 3~5일 정도 예조(수확한 열매의 수분함량을 높이는 방법) 후 출하를 해야 소비자까지 품질을 오래 유지할 수 있다.

현재 극조생 감귤은 과일껍질이 얇아진 상태라 침수가 된 곳은 연병 발생이 우려되므로 침수된 이후 물을 빨리 빼고 반드시 적응약제를 살포해야 한다. 토양 피복 과원은 피복물 속으로 빗물이 과다 유입됐을 때는 반드시 피복물을 걷어내 토양을 건조 시킨 후 재피복 하는 작업이 필수다.

극조생은 그해 감귤 가격을 결정하는 가늠자가 되기 때문에 2020년산 감귤 가격을 높게 받을 수 있도록 철저한 품질 관리 실천을 기대해본다.

우리 아이들에게 남겨 줄 위대한 유산



윤지은
초록우산 어린이재단 제주종합사회복지관

빙하와 눈이 녹아 땅이 드러난 남극, 이상 기후로 비가 내려 끽발이 된 사막, 수질 오염으로 토끼가 변형된 제주 앞바다의 돌고래 등 환경오염과 관련된 수많은 이슈들이 매일 쏟아져 나오고 있다. 코로나로 일회용품과 마스크 사용이 증가하며 쓰레기 문제는 더욱 커져가고 있다. 이쯤이면 일상을 유지하는데 필요한 공기와 물, 자연 속에서 얻어지는 생선과 야채와 같은 모든 것들을 우리 아이들이 미래에 누릴 수 있을까 걱정된다.

환경과 관련된 많은 자극적인 이슈와 함께 개인적 실천을 강요하는 듯한 사회적 분위기는 우리에게 피로감을 주기도 한다. 그럼에도 우리 아이들이 살아갈 터전을 위해 현재

세대를 누리는 우리들의 생활 속 실천이 꼭 필요하다.

초록우산 어린이재단에서는 어린이가 행복한 환경을 위한 인식 개선 활동으로 기후환경변화 광고를 제작해 방영하고 있다. 제주종합사회복지관도 '업사이클링 쉼팡'이라는 활동을 통해 제주 어린이들과 마을 사람들이 함께 화단을 가꾸고, 버려지는 물건에 새로운 가치를 부여하는 업사이클링 쉼팡으로 생활 속 환경을 위한 실천 프로그램을 운영 중이다. 업사이클링 쉼팡에 참여하는 학생들은 자발적으로 분리수거, 개인컵 지니기, 쓰레기 수거 봉사활동 등 다양한 활동을 하고 있다.

환경 교육을 통해 일찍이 환경오염의 심각성을 알고, 실천을 통해 노력하는 어린이들, 미래를 위해 미래세대의 실천만을 요구할 수는 없다.

아이들에게 물려줄 수 있는 유산은 비단 물질적인 것뿐만은 아니다. 지금 우리가 누려온 자연의 아름다움과 혜택을 아이들에게 물려줄 수 있도록 현 세대의 어른들 또한 환경을 위한 실천들을 고민해야 한다.



잘 안들리십니까? 소리샘 디지털 보청기와 함께 하십시오.

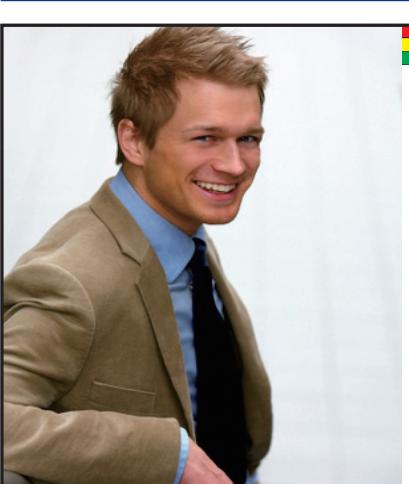


본 광고는 사전심의필 2007-GN1-25-0147



- ① 소리샘 디지털 보청기는 미국 스타키와 마이크로텍사의 제품을 취급합니다.
- ② 소리샘 디지털 보청기는 고객의 청력에 적합한 올바른 보청기 상담 및 A/S를 책임집니다.

신경성, 노인성, 소음성 난청으로 고생하시는 분들께 무료 청력검사 및 방문 상담 가능
소리샘 보청기 TEL. 753-5347
제주시 삼도1동 507-3(2층)



양복점 제일사 의 약속

모델 비례 체형 맞춤 정장

30년 전통, 고객 체형에 맞춘 재단
원단과 공임만의 마진을 뺀 합리적 가격
절저한 사후관리를 위한 회원제 서비스

<http://www.cheilsa.co.kr>

제주시 이도이동 1180-12 TEL: 722-0914 FAX: 722-9098

최고급복지	맞춤정장	100만	40만
고급	"	60만	35만
보통	"	35만	25만
최고급복지	맞춤콤비	60만	30만
고급	"	40만	25만
최고급복지	맞춤바지	25만	12만
고급	"	15만	8만
보통	"	10만	6만
와이셔츠	맞춤셔츠		