

시대적 흐름에 따른 두피와 모발관리에 대한 연구방법

김명주¹⁾ · 백승화²⁾

¹⁾광주보건대학 피부미용과 · ²⁾원광대학교 한의학전문대학원 한약자원개발학과

Research Methods on Scalp and Hair Management through the Pass of Time

Myung-joo Kim¹⁾ & Seung Hwa Baek²⁾

¹⁾Dept. of Skin & Beauty Kwangju Health College, Kwangju 683-3, Korea. ²⁾Dept. of Herbal Resources,
Professional Graduate School of Oriental Medicine, Wonkwang University, Iksan 570-749, Korea

Abstract

It is considered to be important to create aesthetically beautiful style through the change of external shape, however for the hair stylists, whose beauty expression is through hair, the role of hair doctor is becoming even more important with focus to improve the hair healthiness. Hair clinic is management of hair and scalp. It is the management process of preventing damages, while improving and cultivating healthy and shiny hair. The current concept in hair management is moving from simple hair styling to emphasis at hair management.

As far as hair management is concerned, it usually includes treatment tools such as shampoo, conditioner, hair treatment and scalp scaling system, which is used for diagnosis of hair condition in order to treat the scalp. As the interest of hair healthiness becoming more wide spread, so does the breadth of clinic menu. The wide choice is to fulfill the profound desire of people, whose demands are simply to have variety in their choice. This is resulting in faucets of new value-added and differentiated products. The values that make-up the hair styles consist of mainly design(trend, preference), function(styling, management convenience) and clinic(hair quality improvement, damage repair). Shampoo and conditioner have gone beyond their original function of cleansing to providing combinational functions of treatment, to care and remedy, and advanced massage effectiveness. These are, to name a few that seem to go beyond their original function to satisfy the mental healthiness in people, the King Kong shampoo of shampoos in forward-backward manner, 5-minute shampoo massage that applies sports

* Corresponding author : Dept. of Skin and Beauty, Kwangju Health College.

Tel : 82-62-958-7731. E-mail : mjkim@www.kjhc.ac.kr

and relaxation massage, scalp acupunctural message and aural(ear) massage. More and more people are complaining about the damaged hair and hair loss problems due to perms, dyeing and bleaching of hair, in addition to natural scalp and hair damaging factors. Such complaints have stimulated many beauty products and various hair treatment systems being introduced with focus to provide nutrition and prevent damages to scalp and hair. As the living standards improve and the desire of people is to pursue differentiated lives, their demand also increases in hair styling products to fulfill the needs of healthy and aesthetical aspects of their lives.

Key words : Scalp and hair management, time pass

서 론

인간의 감정과 개성, 분위기 등 외모상 이미지 표현의 중요한 미적 요소인 아름다운 모발(毛髮)은 모든 헤어스타일(hair style)의 살아있는 예술적인 소재로서 건강상태를 나타내는 척도이기도 하며 모발의 상태와 질감 또한 그 사람의 인품(人品)을 나타내주는 미학적인 역할도 한다.

또한 아름다운 모발이란 건강한 모발을 말하는 것으로 윤기 있고 풍성한 모발은 남녀노소 구분 없는 공통적인 바램으로 많아도 고민이고 너무 적어도 심리적인 문제가 될 뿐만 아니라 생활 수준의 향상으로 인하여 모발에 대한 미의식(美意識)이 높아지고 청결함과 아름다움에 대한 욕구의 흐름이 변화되고 있다.

이렇듯 모발은 모근에 있는 세포가 죽어 세포핵이 빠지면서 세포질이 응축된 집합체로 인체 건강과 깊은 관련이 있을 뿐만 아니라 모발을 측정함으로써 중금속이나 기타의 환경오염도, 직업, 혈액형, 유전인자, 약물복용여부, 영양상태를 알 수 있는 과거와 현재의 폭넓은 정보를 가지고 있는 중요한 인체의 한 부분이기도 하다.

모발의 건강에 영향을 주는 손상요인으로는 잦은 퍼머, 모발염색, 탈색(bleach), 드라이와 곱슬머리 스트레이트 매직 아이론(iron)의 열, 강한 알칼리성 샴푸제 남용, 시간 단축의 동시 시술, 세팅펌(setting perm) 등 열 퍼머의 기구들

의 잘못된 시술방법, 다양한 모발용품 남발, 평소의 잘못된 관리 등 인위적인 손상요인과 강한 자외선, 바람, 습도 계절, 대기오염, 각종 공해물질, 오존의 변화 등의 환경적인 요인, 그리고 개인의 건강상태, 영양상태, 약의 복용, 스트레스, 긴장, 과로, 수면정도, 호르몬 불균형 등을 생체 내부적 요인과 컴퓨터나 TV 등 각종 전자파의 영향과 육식의 선호, 인스턴트 식품을 즐겨 먹는 식생활습관 등의 각종 요인이 있다. 이들 손상요인들로 인해 두피세포의 기능이 악화되어 탈모(脫毛)가 되기도 하며 시술 시 모발 손상으로 호소하는 고객이 늘고 있다.¹⁾

그동안 일반적으로 컷(hair cut), 퍼머(permanent wave), 컬러링(hair coloring), 드라이(hair dry) 등에 집중되던 미용실의 주 메뉴가 최근에는 모발건강에 대한 관심이 높아졌고 모발 관리 개념으로 방향 전환을 시도하는 추세로서 모발보호를 강조하는 메뉴들이 새롭게 등장하고 있으며 헤어 클리닉 개념이 확산되고 있다.

헤어 클리닉(hair clinic)이란 모발관리(hair care)와 두피관리(scalp care)로 구분할 수 있으며 두피와 모발의 손상을 예방하고 개선하여 건강하고 윤기 있게 가꾸어 주는 과정²⁾으로 모발관리 측면의 미용영역에는 샴푸(shampooing), 린스(rinseing), 모발트리트먼트(hair treatment), 두피트리트먼트(scalp treatment), 시스템단계관리 등이 포함된다.

샴푸와 린스테크닉은 단순한 모발 세척의 의미에서 벗어나 손질과 치료를 의미하는 트리트먼트를 병용한 고기능 마사지로 스포츠마사지

와 릴렉션마사지를 응용한 5분 샴푸마사지(shampoo massage), 좌식 샴푸의 킹콩샴푸와 아로마 요법(aromatherapy)을 병용한 림프마사지의 뇌호흡 두피마사지(brain scaple massage), 경락과 지압을 이용한 두피 경락마사지(meridian massage for head), 팔사와 이혈(耳穴, 귀)요법을 병용한 마사지 등을 접목 응용한 기술들이 피로회복과 정신 건강을 도모하는 고객만족서비스로 각광을 받고 있다.³⁾

여기에는 고객의 두피와 모발상태 및 체질에 따른 마사지 요령과 인체 경락에 따른 두부에 위치한 경혈점과 지압 방법, 근육계, 관절계, 순환계의 이론에 대한 건강 지식과 이해를 바탕으로 한 시스템관리 등 미용인의 헤어닥터 역할이 강조되고 있다.

고객에 따라서 두피 및 모발의 상태와 성질이 각각 다르므로 정확하게 진단하여 이에 맞는 시술방법이 요구되며, 적합한 샴푸제와 린스제, 트리트먼트의 선택, 시술시간, 세정 후의 애프터 케어 등 모발 미용기술에 있어서 활용할 수 있는 헤어 클리닉의 과정보다, 따라서 본고에서는 시대적 흐름에 따른 두피 및 모발관리 방법에 대한 연구로서 건강 증진을 위한 모발의 특성과 관리의 유형 등을 살펴보는 데 중점을 두고자 하였다.

본 론

1. 모발의 특성

모발(毛髮)은 피부의 부속기관으로 피부(皮膚)의 일부가 변화되어 탄력성 있는 각질 물질로 외모의 장식효과 뿐만 아니라 더위, 추위, 외상 등으로부터 머리를 보호해 주는 중요한 기능을 하며 보온작용, 지각작용, 감각작용의 역할과 함께 신체에 유해한 비소, 수은, 아연 등의 중금속을 모발이 길어져 나올 때 체외로

배출하는 기능도 가지고 있다.

모발의 주성분은 대부분 단백질인 케라틴(keratin)이며 그 외에 지질, 수분, 미량원소, 멜라닌색소로 이루어져 있으며 크게 모발은 모근(毛根)과 모간(毛幹)으로 나누어지며 모근은 두피 내에 있는 것, 모간은 두피 밖으로 나와 있는 것으로 바깥 층으로부터 모표피(cuticle), 모피질(cortex), 모수질(medullar)의 세 층으로 구성되어 있고, 성장기(anagen), 퇴행기(catagen), 휴지기(telogen), 발생기(new anagen)를 거치면서 탈모되고 새로 만들어지는 모발의 일정한 주기(hair cycle)를 반복한다.⁴⁾

또한 인체에는 3~5백만 개의 털이 있는데 이 중 모발(두발)은 평균 10~12만개 정도이며 모발의 수명과 성장속도는 연령, 성별, 계절, 영양상태, 기온, 종족, 건강상태에 따라 조금씩 다르고 남녀 모두 20대에 모발 성장 속도가 가장 빠르며 나이가 들수록 점차 늦어진다.

모발의 성장은 1일 약 0.3~0.4mm 정도로 1개월에 약 1cm, 1년에는 12cm 정도씩 자라며 모발의 수명은 남자는 3~5년, 여자는 4~6년으로 평생 약 20회 정도를 반복하고, 하루 평균 50~100개 정도 빠지는 것이 정상이며 모발 수분 보유율이 10~15%일 때가 가장 좋고 피부와 마찬가지로 pH가 4.5~6일 때가 가장 이상적이다.

또한 우리 신체 속에 분비되는 호르몬 중 특히 모발과 관계있는 것이 뇌하수체, 갑상선, 부신피질, 성선(난소와 고환) 등에서 분비되는 호르몬으로 이 가운데서 여성호르몬은 모발성장을 촉진하는 작용이 있고, 남성호르몬은 성장을 억제하는 작용이 있다. 모발의 뿌리인 모모(毛母)세포는 모세혈관과 자율신경 지배하에 있어 혈액 순환이 나빠지면 모발성장에 악영향을 미치는 등 모발상태는 건강과 마음에 상태에 따라 달라질 수 있다. 즉, 모발을 아름답게 가꾸는 일은 아름다운 마음과 건강한 육체를 갖게 되므로 인체의 건강과 깊은 관계가 있다.

피부와 달리 한번 손상된 모발은 회복될 수

없고, 다만 잘라냄으로 제거되기 때문에 손상되지 않도록 이전에 세심한 신경을 써서 손질을 해 주는 것이 좋으며 건강하고 아름다운 머릿결을 유지하는데 무엇보다 모발관리의 올바른 생활습관과 영양공급을 충분히 해주어야 하는데 모발에 좋은 영양소는 특히 단백질과 비타민 C, 비타민 E, 비타민 B군, 칼슘, 요오드, 구소, 옥소, 천연 지방류 등이다.

2. 모발 클리닉(Hair Clinic)

모발 클리닉은 땀, 먼지, 공해, 기타 오염의 요인들로부터 두피 및 모발을 청결, 손상 예방, 치료하여 건강하고 아름다운 모발을 성장, 유지시키는 것으로 모발 클리닉의 개념은 모발관리(hair care)와 두피관리(scalp care)로 나눌 수 있다. 관리가 필요한 두피나 모발 형태는 손상으로 수분, 영양분이 소실되어 상한 경우, 화학적인 시술에 의한 건조한 모발, 다공성 모발, 과다피지상태와 각질이 많은 상태, 비듬과 유분이 많이 생기는 상태, 모발제품(hair styling)제의 과다 사용에 의한 손상, 기타 두피의 불결한 관리와 부주의 등으로 손상된 두피나 모발을 모발 클리닉을 통하여 기능성 제품 등이나 트리트먼트제를 사용하여 두피와 모발의 질을 향상시킴으로써 원하는 헤어스타일을 할 수 있도록 관리해 주는 것이다.

특히 두피를 중심으로 두부 전체(후두골), 목덜미(승모근), 어깨(견갑골), 팔(주와근), 등(척추기립근) 부위 등에 경혈점(經穴點)을 따라 지압과 경락을 결들인 고기능성인 마사지를 통해 몸과 마음을 편안하게 이완시킴으로써 스트레스와 피로를 해소시켜주는 것은 필수사항이며 차별화된 서비스이기도 하다.

3. 트리트먼트(Treatment)

트리트먼트의 사전적 의미는 처치(處置), 처

리(處理), 치료(治療), 치유(治癒), 손질(孫質) 등을 가리키는 말로서 두피 및 모발의 정상화, 손상예방, 손상치료 등 두피와 모발의 비정상적인 상태를 본래의 자리로 되돌려주는 헤어 리컨디셔닝(hair reconditioning)의 의미와 손상된 모발을 제거하는 헤어 클리핑(hair clipping)까지 포괄적인 의미로서 여러 가지 관리방법에 의해 손상된 상태를 관리하는 기술로 트리트먼트에는 헤어 트리트먼트(hair treatment), 두피 트리트먼트(scalp treatment), 얼굴 트리트먼트(face treatment), 전신 트리트먼트(body treatment), 손톱 트리트먼트(nail treatment) 등이 있다.⁵⁾

두피와 모발에 수분 유분을 보급하여 영양공급과 모발을 튼튼하게 유지시켜 주고 적모(赤毛), 열모(裂毛), 절모(切毛), 지모(指毛), 비듬방지의 효과까지 줄 수 있는 것으로 폭넓게는 헤어린스, 헤어토닉, 헤어크림 등까지 포함되고 있다.

모발 관리측면의 트리트먼트에는 크게 두피에 대한 트리트먼트, 헤어 트리트먼트로 나눌 수 있다. 관리방법에 있어서는 물리적 방법과 화학적인 방법이 있는데 물리적 방법에는 두피에 물리적인 자극을 주어 두피 및 모발의 생리 기능을 높이는 방법으로 브러시 사용, 스키프 머니플레이션, 스팀 타올, 헤어 스티머 등의 온열과 자외선을 이용하는 방법과 화학적 방법으로는 헤어토닉과 스키프 트리트먼트제 등을 사용하여 두피를 건강하게 유지시키는 방법 등이 있다. 또한 모발관리를 위한 방법에는 헤어팩을 비롯하여, 리퀴드, 앰플, 에센스, 투페이스, 오일, 아로마오일, 헤어크림, 각종 트리트먼트 등이 있다.

헤어 트리트먼트는 모발표면에 막을 형성하고 모발내부에 영양을 부여하여 보호해 주는 역할로서 예방치치인 프리 트리트먼트와 사후치치의 애프터 트리트먼트로 나누어지고 있으며 사용 목적에 따른 종류는 퍼머넌트 웨이브나 탈색, 염색 시술 시 손상부에 도포하여 알카리성 약제로부터 모발 손상을 보호하고 균일한

웨이브를 위한 프레 트리트먼트제, 일광의 자외선에 의한 모발의 단백질이나 염색모의 퇴색을 방지하기 위한 자외선 흡수제 등을 배합한 UV 트리트먼트제, 손상모의 진행을 방지하고 예방시키는 기능성 트리트먼트제, 아침, 저녁 머리 손질의 일상적인 트리트먼트제, 샴푸 후에 사용하는 트리트먼트제가 있다.

트리트먼트 타입별 형태는 크림, 유액, 에어졸, 앰플, 스프레이, 에센스 타입 등이 있으며 손상모의 경우는 헤어 팩을 주로 하는 것이 좋고 염색모, 다공성모인 경우는 PPT 액법이 적당하다.⁶⁾

트리트먼트 시술 시는 두피와 모발진단에 따른 적합한 트리트먼트제를 선택하여 올바른 방법으로 사용하는 것이 가장 무엇보다도 중요하며 횟수는 일반적으로 한 달에 2회 정도, 손상된 경우 일주일에 1회 정도, 아주 심한 경우는 이틀에 1회 정도가 좋고, 횟수·목적·방법·형상에 따라 그 효과가 달라지므로 고려해야 한다.

4. 관리방법

1) 시스템 관리

일반적으로 상담(consulting)-진단(diagnosis)-세정(scaling)-영양공급(untrition supply)-특수 관리 프로그램(special care) 5단계로 나누어지며 모발 손상요인에서 문제가 되는 두피를 스켈링(scaling)함으로써 두피의 각질, 노폐물을 제거하는 기능과 모근을 열어주어 호흡작용을 돕고 영양물질을 흡수, 촉진시키며 두피 자극으로 인한 마사지 효과로 탈모 진행을 방지, 두피 환경을 개선하고 모발을 건강하게 가꿔주는 데 그 의미가 있다. 관리시스템의 기기 종류로는 두피 및 모발진단기, 헤어 스티머, 두피각질 및 노폐물 제거와 모공을 세척하는 스킨케어, 적외선기, 고주파로 살균과 진정기능의 뷰티콤, 쉐이, 소프트 바이오빔 등 다양한 기기 등이 사

용된다.⁷⁾

가장 활용하기 쉽고 효과가 높은 시스템 제품으로는 모유두 깊숙이 침투하여 세포조직을 강화시켜 욱모촉진과 모발의 질을 향상시키는 근본적인 치료 개념인 제품으로 하야시(hayashi) 시스템이 있다. 특히 모발에 특별한 효과를 나타내는 제품으로 회복 효과를 가장 빠르게 나타내며 모발에 생명력을 재생시켜 주는 제품으로 911의 모발 재생라인(손상모전용)과 히노키의 두피관리 라인(건성비듬, 지성비듬, 약성비듬, 탈모, 지성, 뽀루지, 가려움)이 있다.

① 119 모발 재생라인 순서로는 스킨 플라워(두피에 면봉을 사용한 스킨 플라워를 적신 후 지그재그 형태로 시원하게 문질러 준다. 약 5분간 자연방치한다) → 911 샴푸(두피의 진피층까지 세정되는 샴푸로 샴푸제와 물을 1:1로 혼합하여 두피 마사지로 좌식 샴푸한다) → 헤어 팩(가장 중요한 단계로 팩 1회에 모발이 30%가 회복되고 그 후 약 2~3% 정도씩 축적이 되며 회복이 빠른 효과가 있다) → 미스트(15% 건조 후 전체 미스트를 뿌려주는데 뭉쳐 있는 단백질을 골고루 흡수할 수 있게 하는 역할과 큐티클 보호) → 드라이 → 스타일 연출

② 히노키 두피관리 라인 순서로는 본래 히노키라는 용어는 일본이 원산지인 나무 이름으로 티올 성분이 함유되어 세포를 재생시켜 주고 피부 모습에도 효과적이다.

스킨 플라워(세정단계로 두피에 스킨 플라워를 911와 같이 면봉을 사용하여 지그재그 형태로 시원하게 문질러 주며 약 5분간 자연방치한다) → 히노키 샴푸(좌식 샴푸를 하면서 마사지한 후 약 5분 자연 방치 후 헹구어 준다) → 컨디셔너(두피 및 모발에 컨디셔너를 바르고 마사지한 후 스팀기구에 10-20분 정도 썬 후 헹구어 준다) → 플러스(두피에 물기 제거 후 플러스를 두피에 뿌리고 마사지하는데 헹구지 않음) → 티커 로션(청결하고 촉촉한 상태일 때 티커 로션을 모발에 바르고 헹구지 않음) → 스

타일 연출.⁸⁾

2) 헤어 팩(Hair Pack)

헤어 팩의 종류에는 천연 팩과 한방 팩, 화장품 팩 등이 있으며 천연 팩 재료로는 얼굴 팩과 마찬가지로 사람이 먹을 수 있는 모든 것과 여러 가지 천연물을 이용할 수 있으며 그 종류는 매우 다양하고 재료의 성분에 따라 각각 다른 효과를 나타나게 된다. 팩을 사용할 때는 목적, 종류, 만드는 방법, 사용 방법을 잘 알아야 한다는 것과 사용하기가 편하여야 한다. 천연 팩의 경우에는 시술할 때마다 재료를 만들어서 그 즉시 사용해야 하고 오래 보관할 수 없는 것과 재료가 갖고 있는 성분 이외에는 다른 효과를 기대할 수 없다는 단점이 있다. 특히 탈모에는 다시마, 참기름, 달걀흰자, 흑설탕팩 등이 좋고, 비듬에는 레몬, 양파즙, 무즙, 녹차, 우유, 죽염 등이 효과적이며 지성일 경우는 맥반석이나 머드, 게르마늄팩이 쓰여진다. 또 손상모의 경우에는 마요네즈, 요구르트 달걀 노른자, 양배추즙, 꿀팩, 청주팩 등으로 두피와 모발에 맞게 선택하는 것이 중요하다. 한방 팩은 천연 팩보다는 저장 기간이 길고 문제성 치료 효과도 뛰어나다. 한방 팩 사용시는 한방의 정확한 효능을 먼저 알아야 하며 보조 효과와 응용을 잘 하여야 하고 이물질이 없는 재료를 사용하여야 하며, 천연 팩의 단점을 보완해서 사용하기 편리하도록 만든 화장품 팩은 모발 제품회사들이 상품화로 만들어 나온 것으로 두피와 모발의 청결함과 건강함을 유지할 수 있는 환경을 만들어 주고 도와주는 제품으로 두피 클렌징, 보호와 재생, 육모관리단계로 효과가 크다. 제품의 종류에 따라 사용법이 다르므로 올바른 사용법을 알아두어야 하는 것이 중요하다.

헤어 팩의 1단계 샴푸 → 2단계 타올 드라이 → 3단계 트리트먼트제 도포(도포하는 방법은 손이나 빗, 붓 등을 이용해 팩 재료를 두피와 머리카락에 골고루 가볍게 문질러 스며들게 마

사지한다.) → 4단계 스팀 타올(랩이나 비닐헤어 캡, 히팅 캡, 스티머, 적외선, 등으로 머리를 감싸고 약 45~50°C 정도로 약 10~20분 가열) → 5단계 미지근한 물로 헹구기 → 6단계 마무리 단계(스타일링)

3) 두피마사지

모발을 건강하고 윤기 있게 간직하기 위해서는 무엇보다도 두피의 건강이 중요하며 두피 마사지를 통하여 두피의 건강을 유지시켜 주는 것이 아름다운 모발을 위한 첫걸음으로 스칼프 머니플레이션(scalp manipulation)은 두피에 행하는 손 마사지이며 인체의 신경근육과 피지선을 자극하여 혈액 및 림프의 순환 증진시키고 두피 조직을 강하게 하며, 근육 안에 자리잡고 있는 불필요한 물질들을 제거함으로써 피로를 없애주고 두피 청결과 비듬방지, 가려움방지, 탈모방지, 육모에 큰 효과가 있다. 두피와 모발에 영양공급과 동시에 육체적, 정신적 건강상태를 알아야 하며 먼저는 고객에게 편한 분위기와 미용사의 정성스런 마음의 자세가 무엇보다 중요하다.

두피마사지의 기본 테크닉은 주무르기, 누르기, 문지르기, 두드리기로 손과 손가락을 사용하여 두드리는 동작의 고타법(탐핑, 슬램핑, 컵핑, 해킹, 비팅)과 양손을 교대로 집어 튕겨 주는 유념법, 두피를 강하게 문지르는 강찰법과 가볍게 쓰다듬는 경찰법, 손가락과 손바닥을 빠르게 흔들어 바이브레이션을 주는 진동법, 잡아당기는 견인법, 팔이나 손, 손목, 손관절을 가볍게 스트레칭해 주는 관절 운동법 등이 활용되고 있다.⁹⁾

마사지 요소로는 두피의 곁에 따른 방향(dierction), 압력(pressure), 자세(position), 속도와 리듬(rate and rhythm), 기간, 횟수, 매개체 등이 있고 기술의 포인트는 시술사의 손의 밀착정도, 리듬과 속도, 반복연속동작, 힘의 강약에 두고 있다.

4) 아로마테라피 마사지
(Aromatherapy Massage)

아로마테라피는 아로마는 그리스어로 ‘기쁨의 향기’라는 뜻이며, 테라피는 ‘요법, 치료법’의 뜻으로 여러 종류의 꽃이나 열매, 나무의 뿌리, 잎, 줄기로부터 추출한 향기 나는 순수한 식물 오일을 이용하여 사용하는 ‘자연요법’의 한 분야이다. 인간의 후각 세포는 ‘뇌의 작은 가지’라고 불릴 만큼 반응 속도가 빠르고 인체에 미치는 효과가 크며 대뇌는 심장 박동수, 혈압, 호흡, 기억, 스트레스, 호르몬 균형을 조절하는 뇌의 영역과 직접 연결되어 있기 때문에 생리적, 정신적 효과를 발휘하게 된다. 이러한 후각신경의 반응을 이용한 향기 요법은 인체 에너지흐름을 원활하게 하는 경혈점 지압이나 경락 마사지를 병행하면 상승효과를 기대할 수 있게 된다.¹⁰⁾

라벤더 오일(lavender oil)은 지성두피, 탈모질환, 두통, 피로회복에 좋고, 아니카 오일(Arnikaol oil)은 발모촉진, 대머리 치료제로 탁월한 효과가 있으며 페퍼민트(Peppermint)는 두피를 시원하게 해 주는 데 효과가 있다. 로즈메리 오일(rosemary oil)은 두피에 가장 좋은 허브로 외부환경과 스트레스로 인한 비듬이나 탈모에 특히 효과적이며 그밖에 여러 가지 오일 등이 있다.

아로마테라피 마사지 순서로는 샴푸 → 타올 드라이 → 아로마 에센셜오일 흡입과 도포 → 평온한 상태에서 릴랙션 마사지(relaxtion) → 두피 스킨링 → 스티물레이팅 마사지(stimulating massge) → 기공(氣功) → 샴푸 → 마무리 단계로 스트레스와 피로회복에 효과가 있다.

5) 샴푸와 린스(Shampoo and Rinse)

모발 미용의 기본은 샴푸이고 미를 유지하기 위해서는 매일 세안을 시행하여야 하는 것처럼 두피와 모발의 더러움과 비듬을 제거하고 청결하게 하는 세정의 뜻으로 단지 더러움만을 제거시키는 것이 아니고 린스테크닉(rinse technique)

등을 병행하여 적절한 자극을 주어 혈액의 흐름을 좋게 하고 모근부의 기능을 활발하게 해서 그 생리적 기능을 돕고 모발의 발육을 건강하게 유지하고 두피손질하는 것이 목적이다.

샴푸제의 선택은 사람의 연령, 직업, 계절, 시술의 단계, 두피와 모발의 성질과 상태에 따라 다르며 그에 적합한 기술을 행하여야 하며 정성껏 시술해야 할 것과 다음 시술작업을 정확하게 하기 위한 베이스 조성으로 고객감동서비스의 첫 인상이기도 하다.

샴푸제의 종류로는 비누 샴푸제, 고급 알코올계 샴푸제, 오일 샴푸제, 산성샴푸제, 항비듬성 샴푸제, 비듬제거용 샴푸제, 베이비 샴푸제, 논스트립핑 샴푸제, 컨디셔닝 샴푸제, 허벌 샴푸제, 프로테인 샴푸제, 약효성 샴푸제, 기타 특수 샴푸 등이 있다.¹¹⁾

좋은 샴푸제란 등전점이 pH 5.0~6.0 정도에 두피와 모발상태의 목적에 따라 적절한 것을 선택하고 비듬과 가려움증을 제거하면서 두피의 피지를 지나치게 빼지 않으면서 자극이 적고 거품의 양이 적당하여야 하며 행굼이 용이하고 사용하기 편리할 뿐만 아니라 어떠한 물에도 충분한 세정력을 발휘해야 할 수 있으며 세정 후 모발의 촉감과 윤기가 좋아야 한다.

샴푸시술의 유형은 와식 샴푸(lying position)와 좌식 샴푸(sitting position)가 있는데 와식 샴푸의 형식은 샴푸볼(shampoo bowl)에 고개의 머리를 앞으로 숙여서 하는 것(front-wash)과 고객을 완전히 눕히거나 앉은 상태에서 목만 뒤로 젖히는 것(back-wash)이 있으며 샴푸시술의 위치는 행구는 방법이나 동작의 손놀림 방향에 영향을 주게 되고 고객과의 시술거리에 차이를 준다.

시술 시 손가락 동작은 인지, 중지, 약지 3개를 모아서 손가락의 제1관절까지 사용하여야 하며, 양손을 사용하여 교차시켜 마사지하는 경우에는 양손을 약간 등글게 하여 머리를 감싸듯이 하고, 머리의 등근 부분을 따라서 손가락

과 손가락을 교차시키면서 머리 전체로 이동한다. 지그재그, 나선형, 양손 교차의 깎지동작, 잡아서 튕기기, 지그시 눌러 압박하기 등을 기본 기술로 사용하고 있으며 5분 샴푸 마사지로 마무리한다.

5분 샴푸 마사지에는 단순해 보이지만 스포츠 마사지와 지압, 귀 마사지 등이 응용되어 큰 효과가 있는데 스포츠 마사지만 피부나 근육을 손으로 주무르거나 마찰, 흔들림, 두들김, 누름, 쓰다듬는 등의 여러 가지 손 기술을 사용하여 인체의 신경과 근육 및 호흡기의 조직에 치료 효과를 가져오게 하는 것으로 혈액 및 림프의 국소적, 전신적 순환을 촉진시키며 노폐물을 제거하여 근육이나 신경계의 피로를 감소, 회복시키는 역할을 해준다.¹²⁾

또한 지압이란 동양의학적 체계에 의해 14경락을 중심으로 행해지는 것으로 손가락으로 신체의 특정한 부위를 경압법, 결압법, 강압법, 등으로 누름으로써 치료의 효과를 거두는 건강증진 방법으로 인체는 12개 경락(經絡)과 임맥(任脈)과 독맥(督脈)을 합쳐 14경락과 365개 경혈의 보이지 않는 생명의 네트워크로 이루어져 있다. 사람의 귀에는 전신의 축소판으로서 태아가 모체 내에서 거꾸로 앉아 있는 형상으로 특히 이혈(耳穴)요법은 귀 마사지법으로 귀를 마사지 해 줌으로써 신장의 기능을 활발하게 도와줄 수 있고, 귀와 연결되어 있는 눈, 코, 입을 포함한 얼굴 전체의 혈액을 맑게 해주는 탁월한 효과가 있다.

좌식 샴푸의 킁콩 샴푸는 앓은 채로 샴푸하는 단순한 샴푸의 기능을 벗어나 쌓인 피로와 스트레스를 풀어줄 수 있는 클리닉 건강 샴푸로 사용하는 샴푸제는 허브 성분이 풍부하여 혈액순환의 기능에 기술적인 두피 마사지를 더 함으로써 탈모와 비듬을 예방해 주는 기능성 샴푸로 좋은 반응을 보이고 있다.

시술방식은 보통 짧은 머리는 10분 정도, 긴 머리는 15~20분 정도 행하여 약간의 마사지로

피로를 풀어줌과 동시에 혈액순환을 도와 정신을 맑게 해주는 두피관리 시스템이 있는데 먼저 목, 승모근, 견갑골, 척추기립근, 등부위에서부터 마사지를 한 다음 샴푸로 들어가 왼손으로 거품을 내고 오른손은 물병을 잡고서 손톱과 손가락을 이용해서 머리를 긁어주는 동작으로 백회 부분에서 왼손을 이용해 거품을 낸 다음 손에 거품이 가득하면 양 사이드 부분으로 옮겨 머리를 긁어주어 머리 전체에 거품이 충분하도록 하는데, 거품이 많을수록 머리결 손상이 없고 두피의 자극을 줄일 수 있다.¹³⁾

이러한 좌식 샴푸가 한국형 샴푸로 정착시키기 위해 하나의 새로운 메뉴얼로 등장하여 개발되고 활용되고 있는 시점에 우리나라 고객의 모발과 두피에 맞는 샴푸제와 그에 맞는 형태의 샴푸대, 테크닉 등이 보완되면 킁콩샴푸로 인해 미용실의 새로운 이미지와 고객에게 서비스 만족을 극대화할 수 있을 것이다.

6) 뇌호흡 두피 마사지

(Brain Scaple Massage)

인체는 혈관을 따라 림프관과 신경조직이 뻗어 있고, 혈액에서 분리된 림프(임파)는 이 림프관을 통해 전신을 순환하게 되며 근육세포들 사이에 노폐물과 쌓이면 혈관이 눌리거나 막히게 되고, 이로 인해 림프관과 신경도 눌려서 호흡이 느려지거나 막힐 수밖에 없다.

림프 반사구는 귀의 앞과 뒤, 목의 앞, 뒤, 그리고 턱 주위, 겨드랑이, 서혜부(사타구니) 발에서 발목과 발등에 모여 있으며 림프의 순환을 원활하게 하기 위해서는 두피를 위한 아로마 요법을 병행한 림프마사지는 더욱 효과적이다.

뇌호흡 두피마사지는 아로마 요법과 림프마사지를 병행한 것으로 림프 방향과 경혈점(經穴點)에 해당하는 주요 혈자리에 지압을 하는 방법으로서 이는 고객과 미용사간의 긴장을 풀며 서로 호흡을 일치시키고 마음과 마음을 전달하면서 하면 뇌의 순환이 원활히 이루어진다.

이 방법은 브랜딩한 아로마를 마사지 순서에 따라 손에 약간의 압을 주어 백회(百會) 쪽으로 당겼다가 터미누스 방향으로 천천히 부드럽게 하여 몸 안의 노폐물 배출 촉진시키는 두피 마사지의 일종이다.

2) 두정부 경락마사지

(Meridian Massage for Head)

경부(頸部)의 수축과 긴장은 동맥·정맥의 순환장애 및 혈액 순환과 림프질의 흐름을 방해하게 되므로, 두피 경락마사지를 통하여 승모근의 뒷목 근육을 먼저 풀어준 후 후두부 헤어라인과 머리의 경락라인을 따라 경혈 부위를 찾아 평정하는 느낌으로 풀어나간다. 이 방법은 머리부분의 뇌하수체 기능 정상화가 전반적인 호르몬 분비를 활성화시켜 노화현상을 억제시키는 효과가 있다.

머리의 가장 중요한 혈자리는 백회(百會)자리로 이것은 피부표면이 자극을 받을 때 그 자극에 가장 가까운 근육의 표면에 있는 운동 신경의 근육 침입점, 경혈점에 해당하는 주요 혈자리들 중 머리의 맨 위 정수리 자리에 있는 혈자리를 말한다. 그리고 전정(顛頂)은 백회로부터 4~5cm 정도 앞에 위치하고 옥침(玉枕)은 뒷머리의 정중양선 아래쪽에 돌출된 곳이 있는데 이곳에서 각각 좌우로 2.5cm 정도 떨어진 곳에 위치한다. 아문(瘡門)은 1번 경추와 2번 경추의 사이에 위치한다. 대추(大椎)는 7번 경추와 1번 흉추의 사이에 있고 중요한 추골에 있는 혈이라는 뜻이다. 천돌(天突)은 좌우 빗장뼈 사이, 가슴뼈 위의 오목한 곳에 위치하고 후정(後頂), 뇌호(腦戶), 풍부(風府), 천주(天柱), 풍지(風池), 현료(懸顙), 견료(肩髎), 폐유(肺俞) 등 연수부의 주위, 승모근(목옆근육), 목덜미, 어깨, 견갑골의 주위, 팔, 손 등 부위까지 인체의 혈을 정확하게 찾아내서 적당한 압을 가함으로써 혈액순환을 원활하게 하여 피로를 제거하는 것이다.¹⁴⁾

두정부 경락마사지는 두부 전체 부위에 해당

하는 모지 압박조절법과 헤어그래썬 홀드 폴링 법에 의한 독맥경에 대한 마사지, 족태양 방광경에 대한 마사지, 수소양삼초경 및 족소양담경 마사지가 있다. 그밖의 안티 스트레스 마사지(Anti stress Massage), 클래식 수웨디쉬 마사지(Classic Swedish Massage)¹⁵⁾ 등으로 목과 두정부 관리를 통해 경추와 두정부 근육이 수축되어 일어나는 굳어진 근육을 풀어주고 찝질을 하거나 스트레칭으로 해소시켜 준다.

결론

모발이란 인간에게 생명과 직접 관계되는 중요한 생리적 기능을 갖는 것은 아니지만 윤기 있고 매끄러운 건강한 모발은 젊음과 아름다움, 성적인 매력을 표현하는 중요한 미적 수단으로 예로부터 미인을 재는 하나의 아름다움의 척도로서 시대별로 많은 변화를 주기도 하였다.

또한 모발은 우리 몸과 마음의 건강상태와 영양상태 및 질병을 나타내는 곳으로 특히 오장육부 중 간장이 주관하며 신장의 기운과도 밀접한 관련이 있으므로 분노나 슬픔, 불안, 스트레스 등 정서적인 면과 불규칙한 식사와 영양부족, 염분의 과잉섭취, 자극성 있는 음식 등은 탈모현상과 광택, 탄력이 없어지면서 모발 성장에 방해하기도 한다.

이렇듯 두피와 모발은 그 사람의 건강상태, 성격, 생활습관, 영양상태, 유전, 사용하는 헤어제품 등에 의해서 달라질 수 있다.

최근 미용계의 시대적 흐름에 있어서 미적인 측면인 외형적 형태로 새로운 스타일을 창출해 내는 일도 물론 중요하지만 헤어디자인의 주 표현 소재인 모발을 건강하게 관리할 수 있는 헤어클리닉을 담당할 헤어닥터 역할의 필요성이 높아지고 있다.

많은 손상요인으로 인해 지친 모발에 대한 호소는 현대병이라 불리는 탈모증을 유발하게

되고 남녀노소 연령에 관계없이 심각한 고민거리로 확산되어 두피 및 모발관리에 대한 많은 관심을 보이고 있다. 그동안의 미용이 스타일 위주였다면 최근 환경(環境)과 클리닉시대로 전문적인 관리 필요성이 강조되어가고 클리닉 시스템이 새로운 메뉴로 부각되고 있는 것도 시대적 흐름이라 할 수 있다.

혈액순환에 도움을 주고 피곤함을 함께 풀 수 있는 건강요법으로 좌식 샴푸와 와식 샴푸 테크닉, 5분 샴푸마사지와 지압과 경혈을 병행하여 두피에 활력을 주는 두피마사지 등은 두피 및 모발 건강증진을 위한 관리방법으로 두피질병 예방과 모발성장을 돕고 스트레스나 피로를 풀 수 있는 휴식을 제공하기도 하는 차별화된 고객만족 서비스 품목으로 변화하는 시대에 새로운 아이템이기도 하다.

모발에 영양과 손상 방지를 위한 다양한 트리트먼트제가 선보이고 있고, 클리닉퍼머와 클리닉염색 등으로 모발건강 차원의 시술이 개발되어지고 있으며 무엇보다도 자기에 맞는 두피와 모발타입을 충분히 파악하고 진단하는 것이 먼저이고 샴푸, 린스 선택과 올바른 사용방법, 매일 관리할 수 있는 바른 손질법을 습관화하고 밝고 건강한 적극적인 정신자세 또한 필수 사항이다.

이렇듯 날로 탈모나 두피와 모발에 관한 문제가 많이 발생되고 손상을 호소하는 사람들이 늘고 있는 추세는 앞으로 미용인들이 도모해야 할 큰 과제로 생각되며 미용인은 의료인은 아니지만 의학적인 기초 위에 정확한 모발의 구조와 생리에 관한 전문지식으로 모든 시스템을 이용하여 최대한의 효과를 낼 수 있도록 하며 내부적인 요인일 경우 치료를 전제로 의사의

정확한 진료가 선행되어야 하고 고객의 두피와 모발건강에 신중한 배려와 신뢰감을 줄 수 있는 전문가로서의 자세가 필요하다.

따라서 본고에서는 시대적 흐름에 따른 두피 및 모발관리 연구방법을 클리닉메뉴를 중심으로 미용현장에서 활용할 수 있도록 보다 전문적인 관리방법을 제시하는 데 중점을 두었다.

참고문헌

1. 김명주, 모발 및 두피의 건강증진에 관한 연구, 광주보건대학 논문집 제24집 1999
2. 정 훈, 모발진단클리닉, 도서출판 에스코, 2000
3. 김명주, 헤어샴푸(hair shampoo) 및 트리트먼트(treatment) 유형 연구, 광주보건대학 논문집 제25집 2000
4. 황희순, 미용학개론, 청구문화사, 1996,
5. 김한식, 모발생리학, 현문사, 1997
6. 정태봉 외 4인, 모발 대전과, 모발과학협회, 2000
7. 최근희 외 2인, 모발관리 이론 및 실습, 수문사, 2001
8. 김명주, 모발클리닉을 위한 트리트먼트 연구(헤어팩 중심으로), 광주보건대학 논문집 제27집, 2002
9. 강수경, 에스테틱개론, 청구문화사, 2000
10. 이세희, 아로마테라피, 홍익재, 1995
11. 김경순 외 4인, 모발관리학, 청구문화사, 1995
12. 김석련, 스포츠 마사지, 금광, 1993
13. 김명주 외 8인, 미용학개론, 훈민사, 2001
14. 이승헌, 한문화 멀티미디어, 단학(주), 1992
15. 홍성균, 전신경락마사지, 수문사, 1999