

*본 정보는 특정 제품과 직접적인 관련이 없는
소비자의 이해를 돕기 위한 일반적인 건강과학정보이며 광고/홍보의 목적이 아닙니다.
*본 내용은 유튜브, 인스타그램 등 SNS에 올릴 수 없으며, 편집/재가공하여 사용할 수 없습니다.

Elasticity Starts AT THE SCALP

탄력 케어, 두피부터 다시 봐야 한다

얼굴의 탄력 케어에 우리는 수많은 노력을 기울이지만,
얼굴 위의 두피의 탄력은 간과하기 쉽습니다.
두피의 탄력 저하는 단순히 두피만의 문제로 끝나지 않습니다.
보이지 않는 두피 속 견고한 구조가 무너지면
모발을 지탱하는 토대는 물론 얼굴 상부 인상까지
영향을 받을 수 있습니다.

진정한 탄력 케어를 위한 두피 관리법을 알아봅시다.

※ 이해를 돕기 위한 예시 이미지



더다양한 이야기

01

두피 탄력과 해부학적 구조

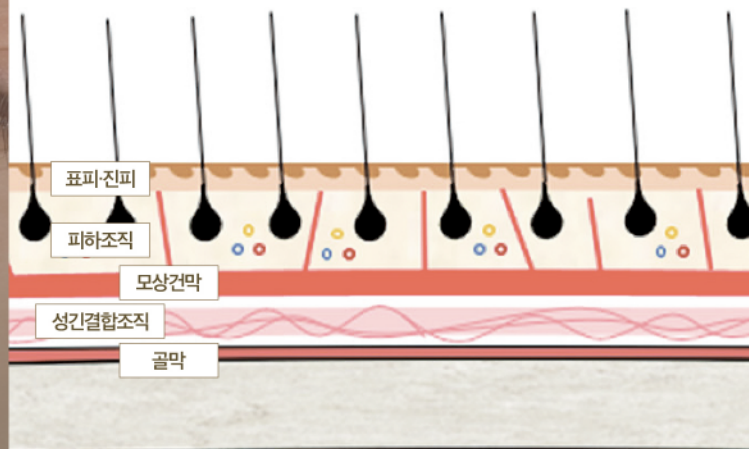
두피 탄력은 늘어난 두피가 다시 원래대로 돌아오는 힘입니다.
이 탄력은 겉피부만의 문제가 아니라, 두피를 이루는
5개 층(표피·진피, 피하조직, 모상건막, 성긴결합조직, 골막)
구조 전체와 연결되어 있습니다.

두피 탄력의 핵심, 진피층

진피층의 콜라겐, 탄력섬유,
히알루론산이 두피의
구조적인 탄력을 결정

두피와 얼굴 상부를 잇는 모상건막

측두부, 안면의 표층근막체계(SMAS),
경부의 광경근을 잇는 연속된 결합조직



*참고: Verdaguer-Faja J, Toll A, Boada A, Guerra-Amor Á, Ferrández-Pulido C, Jaka A. Management of Cutaneous Squamous Cell Carcinoma of the Scalp: The Role of Imaging and Therapeutic Approaches. Cancers. 2024; 16(3): 664. Figure 1. doi:10.3390/cancers16030664.

Scalp Irritation 02

탄력을 무너뜨리는 보이지 않는 자극들

두피 탄력은 나이만의 문제가 아닙니다.
반복되는 긴장과 당화가
두피를 더 단단하고 뻣뻣하게 만들 수 있습니다.

스트레스와 근긴장

모상건막은 전두근, 후두근, 측두근과
연결되어 있습니다.
이 부위가 긴장하면 양옆에서 당겨
가운데가 팽팽해지듯
두피 상부도 유연성을 잃기 쉽습니다.

당화 현상 (Skin Glycation)

'당 독소'라고도 알려져 있는
최종당화산물(AGEs)이 콜라겐과
엘라스틴을 비정상적으로 엉기게
만들면, 두피 진피는 탄성을 잃고
더 단단하게 굳어질 수 있습니다.

※ 이해를 돕기 위한 예시 이미지

03

탄력이 무너질 때 생기는 변화

두피 탄력 저하는 단순한 표피의 당김으로 끝나지 않습니다.
모낭 주변 환경부터 안면 상부의 구조까지 연쇄적인 영향을
미칠 수 있습니다.

모낭 주변 환경 변화

모낭 주변 조직이 굳으면
성장기가 짧아지고, 모발이 점차
가늘고 약해질 수 있습니다.



미세순환 저하

조직이 경직되면
모낭으로 전달되어야 할 산소와
영양 공급이 떨어질 수 있습니다.



안면 상부와와의 연결성

모상건막과 SMAS층은 연결되어 있어서
두피 상부 조직의 상태와 이마, 눈 등의
형태가 구조적으로 무관하지 않습니다



※ 이해를 돕기 위한 예시 이미지

04

두피 탄력을 지키는 3단계 케어 솔루션

두피 탄력 관리는 어렵지 않습니다. 열 자극을 줄이고,
긴장을 풀고, 순환을 돕는 흐름으로 접근하면 됩니다.

Step 01 자외선 & 열 관리

외출 시 두피를 가리고, 드라이는 고온보다
미온풍으로 마무리하며, 쿨링 케어로
열 자극을 낮춰줍니다.

Step 02 측두근 및 후두하부 마사지

손이나 도구 등을 활용하여 측두근을
부드럽게 올려 풀고, 후두하부를
가볍게 지압하여 굳어 있는 두피 주변 긴장을
완화시킵니다.

Step 03 두피 가동 운동

손이나 도구 등을 활용하여 정수리 부위를
넓게 잡고 앞뒤·좌우로 부드럽게 움직여
혈류와 림프 흐름, 모상건막 이완을 돕습니다.

두피는 탄력 케어의 시작점

두피는 얼굴 피부의 단순한 연장선이 아닙니다.
모발을 지지하는 토대이자 얼굴 상부와 이어진 구조입니다.
두피가 굳고 긴장되면 모발의 힘과 얼굴 인상도
함께 살려낼 필요가 있습니다.
얼굴만 관리했다면 이제 두피까지 함께 보세요
자극을 낮추고, 긴장을 풀어주는 습관.
두피 탄력 관리의 시작입니다.

※ 이해를 돕기 위한 예시 이미지

* 참고자료
- [두피 5층 구조 근거] Seery GE. Surgical anatomy of the scalp. *Dermatologic Surgery*. 2002; 28(7): 581-587.
- [모상건막-SMAS-경부 광경근 연속성 근거] Watanabe K, Han A, Inoue E, Iwanaga J, Tabira Y, Yamashita A, Kikuchi K, Hakata Y, Nozaki K, Saga T. The Key Structure of the Facial Soft Tissue: The Superficial Musculoaponeurotic System. *Kurume Medical Journal*. 2021; 68(2): 53-61.
- [전두근-모상건막 연결 및 근육 긴장 시 두피 전진 기전 근거] Kushima H, Matsuo K, Yuzuriha S, Kitazawa T, Morizumi T. The occipitofrontalis muscle is composed of two physiologically and anatomically different muscles separately affecting the positions of the eyebrow and hairline. *British Journal of Plastic Surgery*. 2005; 58(5): 681-687.
- [근긴장-두피 긴장 간 "기계적 장력 가설" 근거 / 단, 원 논문은 이를 미량증 가설로 명시] English RS Jr, Ruiz S. Use of Botulinum Toxin for Androgenic Alopecia: A Systematic Review. *Skin Appendage Disorders*. 2022; 8(2): 93-100.
- [AGEs가 콜라겐 엘라스틴을 교차결 피부 진피를 경직시킨다는 원자 실험 근거 / 단, 재구성 피부모델(in vitro) 실험이며 두피 특이적 연구는 아닌] Pigeon H, Zocchi H, Roussel F, Monnier VM, Asselineau D. Skin aging by glycation: lessons from the reconstructed skin model. *Clinical Chemistry and Laboratory Medicine*. 2014; 52(1): 169-174.
- [모낭 주위 섬유화 → 성장기 단축 모낭 소멸화 근거 / 단, 안드로겐성 탈모(AGA) 특이적 병리 전제] Li L, Chen Y, Lin M, Chen T, Xi Y, Fan Y, Ding X. The Role of Fibrosis in Androgenetic Alopecia: Mechanisms and Implications. *Skin Appendage Disorders*. 2026; 12(3): 216-222.
- [모낭 주위 조직 경화-세포외기질 경직이 모낭 출구세포 활성과 미세순환에 영향을 미친다는 근거 / 단, AGA 모델 중심] Jiang Z, Xu Y, Lou Y. From a stem-cell-centered to a niche-centered view: the core role of collagen networks in hair loss and hair follicle miniaturization. *Frontiers in Cell and Developmental Biology*. 2026; 14. <https://doi.org/10.3389/fcell.2026.1824126>
- [자외선·적외선 열 노출이 피부 콜라겐을 손상시킨다는 근거 / 단, 두피가 아닌 일반 피부(재취) 실험] Cho S, Shin MH, Kim YK, Seo JE, Lee YM, Park CH, Chung JH. Effects of infrared radiation and heat on human skin aging in vivo. *Journal of Investigative Dermatology Symposium Proceedings*. 2009; 14(1): 15-19.
- [적외선 광선 노출 시 피부 온도 약 40°C 상승 및 열에 의한 콜라겐 손상 누적 근거 / 단, 두피가 아닌 일반 피부 연구] Seo JY, Chung JH. Thermal aging: A new concept of skin aging. *Journal of Dermatological Science Supplement*. 2006; 2(1): S13-S22.