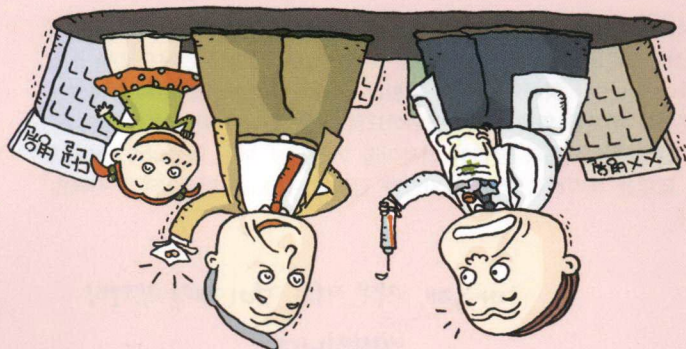




‘나이가 어릴수록’은 우리도 몸무게 물넘이로 극미량 투약

건강 10월 10일 건강 10월 10일 건강 10월 10일

주·의·점

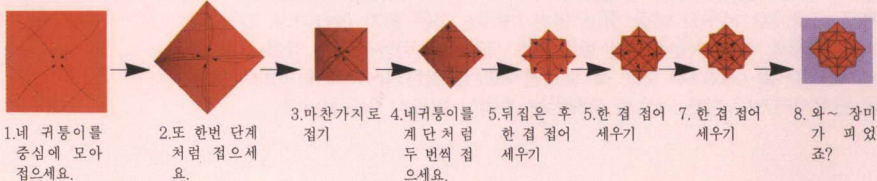
노인의 경우는

- 임의로 여러 가지 약을 복용하지 말 것.
- 의약품 전문가의 자문을 구해 약을 선택하고 복용할 것.
- 마음대로 1회 용량을 늘리거나 줄여서 복용하지 말 것.
- 의사나 약사의 복약지시사항을 반드시 지킬 것.
- 약을 먹었을 때 이상한 현상이 발생하면 반드시 의사나 약사에게 문의할 것.

어린이의 경우는

- 약은 어린이 손이 닿지 않는 곳에 보관할 것.
- 반드시 보호자가 직접 약을 어린이에게 먹일 것.
- 마음대로 1회 용량을 늘리거나 줄여서 복용시키지 말 것.
- 4세 이하의 어린이에게서 약화사고 발생 빈도가 높으므로 특히 주의할 것.
- 약을 먹었을 때 이상한 현상이 발생하면 반드시 의사나 약사에게 문의할 것.

■종이접기 (종이는 제목이 위로 가게 펼친 후 접기 시작하세요)



왜 노인과 어린이의 올바른 의약품 복용이 중요할까요

♥ 노인과 어린이는 모든 약물에 아주 민감합니다.

노인은 노화에 따른 생리적 기능의 저하로 인하여 약물의 치료효과에 민감하고 독성에도 예민합니다. 또한 성인보다 약을 대사, 배설시키는 능력이 40~50%정도이므로 약물이 오랫동안 체내에 남아 있게 됩니다.

노인은 여러 가지 질환을 동시에 가지고 있는 경우가 대부분이어서 여러가지 약을 함께 복용한 경우 새로운 효과나 부작용을 일으킬 수 있습니다.

어린이는 체내에 흡수된 의약품을 대사, 배설능력이 성인에 비해 약해서 약물이 몸속에 남아있는 시간이 길며, 의약품이 흡수되는 양상도 성인과 다르므로 약물투여는 세심하게 해야 합니다. 어린이는 계속 성장하고 기능이 발달하는 단계이므로 예기치 못한 부작용이 나타날 수 있습니다.

우리 나라에는 어린이를 위한 의약품 제제가 많이 생산되지 않고 있습니다. 그래서 어린이에게 성인용 의약품을 쪼개어 투약하는 경우가 많은데 용량과 의약품의 안전성에 관한 오류를 범하기 쉽습니다.

♥ 우리 아기들이 약을 너무 많이 먹고 있습니다.

우리 나라 의사들이 처방하는 약의 수는 외래환자들의 경우 평균 4.2가지, 입원환자의 경우 평균 6.3가지라고 합니다. 세계보건기구 (WHO)에서는 1~2종만 처방할 것을 권고하고 있습니다. 반면, 생후1년도 안된 아기에게조차 6~7개의 약물이 처방되고 있는 것이 우리의 현실입니다.

의약품업이 실시된 이후에도 노인과 어린이에게 많은 수의 약물과 과다한 용량을 처방하는 행태가 줄어들지 않고 있다고 합니다. 필요이상의 약을 처방하는 경우, 약선택이 잘못된 경우, 약용량이 잘못 결정된 경우 등이 많이 발견되고 있습니다. 실제로 전국 123개 병원의 어린이 환자의 처방전을 분석해 본 결과 93%의 어린이 환자가 과다한 항생제를 투여 받고 있다는 연구결과도 있습니다. (대한화학요법 학회, 김준명 교수)

소비자는 의약품에 있어서 많은 것을 알지 못하기에 의사가 주는 처방전을 그대로 받아들이고 병원 문을 나서야 합니다. 아기가 하루종일 잠만 자고.... 할머니는 팔 다리가 계속 떨려서 제대로 움직일 수 없고....

모든 약이 다 그러한 증상을 나타내는 것으로 알고 있던 소비자들.... 사실은 과잉 투약했기 때문에 나타난 결과들 이지요.

노인과 어린이의 올바른 약물복용을 위한 10가지 방법 !!

첫째, 의사의 정확한 진단이 필요합니다.

⇒ 의사에게 자신의 증상을 정확하게 설명하십시오. 어린이의 경우는 자신의 증상을 정확히 설명할 수 없으니 보호자가 주의 깊게 관찰하여 의사에게 설명하여야 합니다. 현재 복용하고 있는 약물이 있다면 이것 역시 의사와 약사에게 모두 말해 주어야 합니다. 약물간 상호작용으로 인하여 발생할 수 있는 부작용을 최소로 줄일 수 있습니다.

둘째, 복약지도는 의약분업 시대 소비자가 누려야 할 권리입니다.

⇒ 약사에 의한 복약지도는 의약품 오용과 과용을 줄이기 위해 꼭 필요한 사전지식을 소비자에게 제공하는 것입니다. 의사는 처방 시에 어떤 약을 사용할 것인지, 왜 그 약이 필요한지에 대해 설명해야 하고 약사는 약에 관한 정보를 제공하고 일반의약품을 판매할 경우에는 구매자가 필요로 하는 의약품을 선택할 수 있도록 도와주어야 합니다.

셋째, 처방전 2중 점검은 의약분업으로 인하여 소비자들이 누릴 수 있는 특권입니다.

⇒ 의사가 발행한 처방전에 문제가 있을 수 있습니다. 가까운 동네약국의 약사에 의해 철저히 2중 점검되어야 처방전 작성과정에서 발생할 수 있는 과오를 사전에 방지할 수 있습니다. 가짜약사가 많고 처방전을 조제하기에 급급한 의료기관 주변의 문전약국이나 대형약국에서는 처방전을 제대로 검토한 뒤 조제하기 어렵습니다. 집 또는 직장 주변에 단골약국을 정하여 약사에 의해 자신과 가족의 병력, 약력과 신체적 특징을 잘 관리할 수 있도록 합니다.

넷째, 처방, 조제된 약은 복약지시사항에 따라 정확히 복용하도록 합니다.

⇒ 아무리 좋은 약을 처방, 조제했다고 해도 언제나 기대했던 약물효과가 나타나는 것은 아니며 지시한 용법에 맞게 복용했을 때 좋은 효과를 기대할 수 있습니다. 노인과 어린이의 경우에는 의약품 복약지시사항을 잘 지키지 않는다고 합니다. 자신이 스스로 판단하여 복용방법을 변화시키지 않도록 합니다. 약사에게 약용량을 변화시킬 때에는 반드시 처방전을 발행한 의사나 조제약사와 상의해야 합니다.

다섯째, 환자나 보호자 임의로 약품의 제형 즉 형태를 바꾸어 복용하지 맙시다.

⇒ 약용량을 변화시키는 것 못지 않게 의약품의 형태를 바꾸어서 약효가 달라지는 약품들도 많답니다. 알약이 처방조제 되었으면 그대로 복용하고 가루약으로 바꾸거나 쪼개어 복용하고자 할 경우에는 약사에게 제형변경으로 인한 문제점이 있는지를 확인하여야 합니다. 위산에 의해 분해되지 않도록 특수하게 코팅되어 나오는 약품들도 있고, 서서히 흡수되도록 특별히 고안된 약품들도 있습니다. 이러한 약품들은 반드시 제약회사에서 생산된 상태 그대로 투약되어야 합니다.

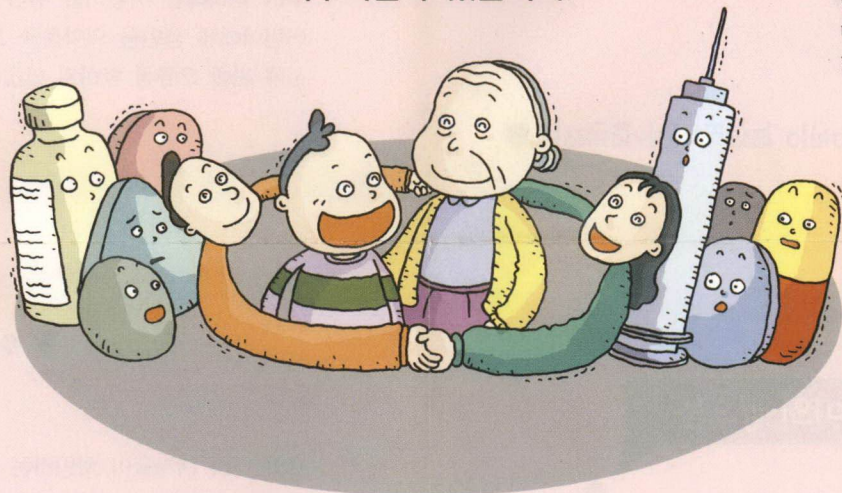
여섯째, 자신의 건강과 몸은 소비자가 스스로 지켜야 합니다.

⇒ 내몸에 들어가는 약이 무엇인지 어떠한 작용을 하는지를 반드시 확인하고 처방 조제받는 습관을 기릅니다. 처방전을 약사에 의해 점검을 받음으로서 스스로를 보호해야 합니다. 의사와 약사의 답합은 건전한 의료환경을 해치고 어렵게 이룬 의약분업의 취지를 퇴색시키는 행위이므로 이를 철저히 막아야 합니다. 문전약국과 의료기관은 모종의 답합이 이루어질 가능성이 아주 높습니다. 약국과 의료기관의 답합을 방지하는 최선의 방법은 신뢰할 수 있는 단골약국을 선택하는 것입니다.

아홉째, 약은 먹는 것이 제일 안전한 방법입니다.

⇒ 우리나라 국민들은 빠른 효과를 선호하여 의료기관에서 주사를 맞는 것을 아무렇지 않게 생각합니다. 그러나 선진국의 경우, 주사제를 반드시 써야하는 경우가 아니면 절대 주사제를 처방하지 않습니다. 약효가 빠른 만큼 부작용이 나타날 가능성이 높고, 상대적으로 비싸기 때문입니다. 주사제가 처방되면 먹는 약으로 교체가 가능한지 반드시 물어서 경구용 약으로 조제 받으십시오.

약물 오.남용 방지를 위한 의약분업! 소비자들이 현명한 선택을 함으로서 이루어질 수 있습니다.



여덟째, 약에 의존하는 경향을 없앱니다.

⇒ 약의 숫자가 많다고 좋은 것은 절대 아닙니다. 적은 수의 적은 용량으로도 얼마든지 질환을 고칠 수 있습니다. 많은 양과 수의 약을 먹게 되면 약의 내성이 강해져 점점 더 많은 양의 약을 먹지 않으면 질환을 고칠 수 없게 될지도 모릅니다. 성인에 비해 약물대사능력이 떨어지는 노인과 어린이의 경우에는 치명적일 수도 있습니다. 특히 어린이의 경우에는 필요이상의 약물을 복용하게 되면 약원성 알러지(약에 기인된 알러지) 반응이 나타날 가능성이 높으므로 가능한 한 적은 수의 약물을 복용하도록 의사에게 요청하십시오.

열곱째, 단골약국을 정하는 것이 중요합니다

이비인후과와 내과를 동시에 다녀오는 경우, 각각의 의사들이 발행한 처방전을 살펴보면 각각의 처방전에는 하자가 없어도 두 처방약을 함께 복용하는 경우, 의약품이 이중 투약되거나, 필요이상의 약물을 복용하게 되는 경우가 발생할 수 있습니다. 따라서, 여러 의료기관을 필요에 따라 이용하더라도, 하나의 약국 즉 단골약국에서만 조제 받음으로서 이러한 위험에서 자유로와 질 수 있습니다.

여섯째, 단골주치의의를 만듭시다

⇒ 각자의 체질이나 생활양식, 그리고 병력, 약력 등을 상의하고 꾸준히 상담할 수 있는 단골주치의를 선택합니다. 급방 약효가 나타나지 않는다고 의료기관을 마음대로 바꾸고 이곳 저곳 옮겨 다니는 것은 좋지 않습니다. 같은 약이라도 사람에 따라 약물효과가 발현되는 시간이나 반응정도가 다릅니다. 따라서, 약효가 잘 나타나지 않는 것 같으면 처방전 발행의사에게 문의하여 약용량을 변화시키거나 다른 약으로 교체받는 과정이 반드시 필요합니다.