

약 올바르게 복용하기 ‘락(樂)&약(藥)’ 캠페인



‘ 락(樂)& 약(藥) ’은
즐거움(樂)을 주는 풀(艸)에서 유래된 말인
약(藥)을 풀이한 것으로
“약 올바르게 복용하기-락(樂)& 약(藥) 캠페인” 은
“고통에서 벗어나 치료해주는 藥” 을 환자들이
올바른 방법으로 복용할 수 있는 환경을
만들고자 하는 의미를 담고 있습니다.

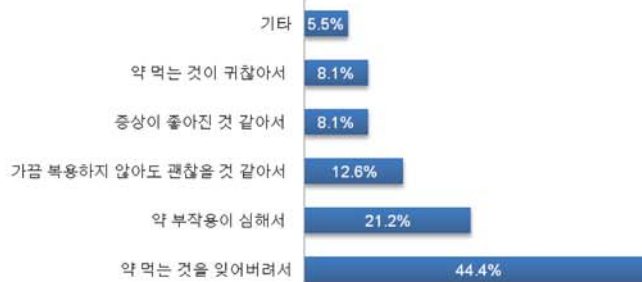
[‘락(樂)&약(藥)’ 캠페인의 목적은 무엇인가요?]

약물 복용이 주요한 치료 과정인 환자들의 의약품 복용 순응도 개선 캠페인을 통하여 환자들의 정확한 약 복용에 대한 자발적인 참여 유도 및 합병증 예방 등 치료 극대화하기 위해 한국환자단체연합회, 한국다국적의약산업협회(KRPIA) 공동주최하고 보건복지부, 대한의사협회, 대한병원협회, 대한약사회가 후원하는 대국민 캠페인입니다.

[약을 올바르게 복용하기 위한 인식 개선, 왜 필요한가요?]

약물치료가 중요한 중증질환을 가진 우리나라 환자 3명 중 1명(35.1%)은 약 복용을 임의로 1회 이상 중단했던 경험이 있고 환자 4명 중 1명(24.7%)가 ‘약’ 을 정해진 시간에 규칙적으로 먹지 않고 있다고 합니다.

Q. 처방된 약을 모두 복용하지 않는 이유는?



Q. 약을 복용하지 않았을 때 대처 방법은?

“특별한 대처 없이 넘어감” (73.4%)

그러나 의사 또는 약사와의 상담 또는 병원 방문은 12.5%에 불과.

출처: 중증질환자 365명 대상 처방약 복용 실태 조사 결과 (2011년2월 / 한국환자단체연합회, 한국다국적의약산업협회)

이처럼 약을 올바르게 먹고, 복용 순응도 높이기 위한 환자들의 인식은 매우 낮았습니다.

그러나! 누구보다 약 복용을 성실히 해야 하는 중증질환 환자들이,

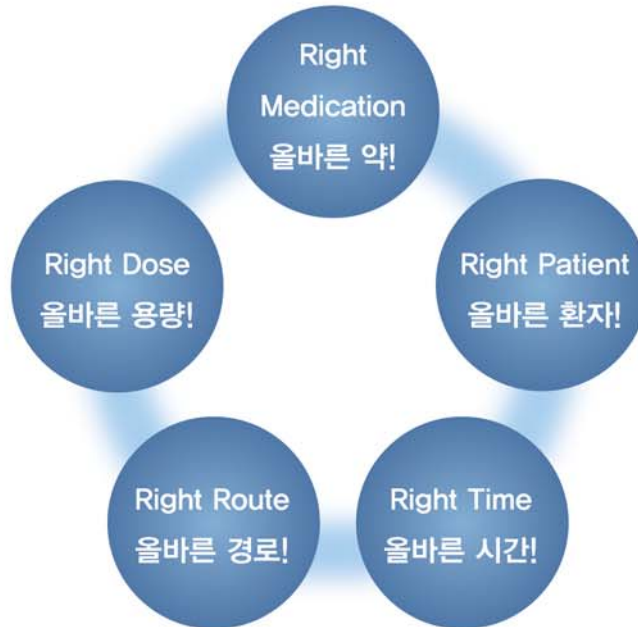
임의로 약 복용을 중단하거나 불규칙하게 약 복용을 할 경우,

질병 치료의 효과 저하는 물론이고 심각한 문제를 야기할 수 있으므로

처방약 복용 환경 개선하기 위한 인식 개선과 다양한 노력들이 필요합니다!



[약 복용 원칙 5- RIGHTS]



[잘못된 복약 순응도의 예]

- ① 처방전을 무시(약을 안받음)하거나 약을 먹지 않는 경우
※ 특히, 당뇨병과 같이 만성 질환의 경우 평생 약을 먹어야 한다는 생각으로 인한 거부감
- ② 정해진 용법을 지키지 않는 경우
- ③ 임의로 용량을 줄이거나 늘이는 경우

[올바른 약 복용이 이뤄지지 않을 경우 어떤 것이 위험한가요?]

- ① 미국의 경우 매년 약 125,000명의 사망이 처방전 대로 올바르게 약을 복용하지 않아 발생하며, 이는 교통사고에 의한 사망보다도 2배가 높습니다.
- ② 병원 입원의 11%, 요양원 입원의 40% 역시 복약 순응도 부족에 의한 것이라고 합니다.
- ③ 이처럼 미국에서는 복약 불충실에 의한 연간 비용 지출이 1000억 달러나 된다고 합니다.

[천식 약의 복약순응도를 높이려면 어떻게 해야 하나요?]

- ① 환자는 지속적으로 교육을 받고, 환자 보호자도 함께 교육을 받는 것이 권장됩니다.
- ② 의료진과의 상담을 통해 환자 개개인에게 맞는 치료법을 선택하는 것이 중요합니다.

[천식에 대한 기본 상식 알아보기]

Q 천식이 무엇인가요?

A 천식은 유전적 소인과 환경적 위험요인에 의해 생기는 기도의 만성 염증성 질환으로 염증으로 인해 기도가 과민하며, 다양한 종류의 자극에 반응하여 쉽게 기도가 좁아져 천명을 동반한 호흡곤란, 객담을 동반한 기침이나 마른기침, 흉부압박감이나 흉통 등의 증상을 나타내는 질환입니다.

[천식, 어떻게 치료하나요?]

Q 천식의 치료는 어떻게 하나요?

A 천식의 근본적인 치료는 원인 물질을 파악해 제거하거나 회피해야 하며, 약물을 통해 조절할 수 있습니다.

Q 천식 약물의 종류에는 어떤 것이 있나요?

A 크게 증상완화제와 질병조절제로 나뉘며 교감신경흥분제, 부교감신경억제제, 잔틴계, 스테로이드제, 류코트리엔 길항제 등이 있습니다. 교감신경흥분제, 부교감신경억제제, 잔틴계는 기관지를 확장시켜 호흡을 개선시키고, 스테로이드제는 염증·가래·알레르기를 억제해 증상을 완화시키며 류코트리엔 길항제는 기도의 부종을 억제하고, 기관지를 확장시킵니다.

Q 천식 약물은 어떻게 복용하나요?

A 경구로 복용하는 약물과 흡입하는 약물이 있으며, 흡입제는 정량분무식 흡입제(MDI), 터부헬러(DPI), 디스크스(DPI), 핸디헬러(DPI), 스윙헬러(DPI) 등이 있어 종류별 사용법을 숙지해 정확한 용량을 흡입할 수 있어야 합니다.

Q 여러 종류의 흡입제를 사용해야 하는 경우에는 어떤 순서로 사용해야 하나요?

A 흡입제마다 5분 정도의 간격을 두고, 속효성 교감신경흥분제 → 부교감신경억제제 → 스테로이드제 순서로 사용합니다.

Q 흡입제 사용 시 주의해야 할 사항은 무엇인가요?

A 흡입제 사용은 식사 시간과 무관하며, 사용 시 목이 아프고, 칼칼한 느낌이 있을 때는 입안을 물로 헹구어 줍니다. 스테로이드 흡입제를 사용하는 경우 이후 자극에 의해 기침이 발생하거나 목이 쉬 수 있으므로 흡입 후에는 반드시 물로 입안을 헹구어 냅니다.



[천식 치료제, 이것이 궁금해요]

Q 흡입제를 사용했는데 아무런 느낌이 없습니다. 제대로 흡입이 되지 않은 것인가요?

A 대부분의 흡입제는 흡입 시 아무런 맛이나 느낌이 없으므로 안심하셔도 됩니다.

Q 증상이 좋아지면 약을 끊어도 될까요?

A 급성 발작 증상시 증상을 완화시키는 약의 경우는 증상이 좋아지면 조심스럽게 중단해 볼 수 있습니다. 하지만, 스테로이드 흡입제나 알러지 관련 약물의 경우는 염증 자체를 완화시키므로 꾸준히 사용하시는 것이 좋습니다. 어떤 경우라도 약을 줄이거나 중단하는 결정은 반드시 의사 선생님과 의논하신 후 지시에 따르는 것이 중요합니다.