

Session 2

- 약국에서의 복약지도 강화를 위한 학술강좌 -

개국 약국에서의 복약지도 실례 1

박 규 동 약사
서울 메디팜 복원약국

제가 평소에 받는 처방중에서 특별히 복약지도가 필요한 처방전 한부를 소개합니다.

처방전내용

교부년월일 2005년 10월 5일 교부번호 36호 의료기관 **병원
환자 최** 520609-2055000 원발성고혈압(I10) 인슈린 비의존성 당뇨병(E11)
갑상선기능저하증

| 처방의약품 | 1회투약량 | 1일투여횟수 | 총투약일수 |
|--------------|-------|--------|-------|
| 레니프릴정10mg | 1 | 1 | 60 |
| 다이크로진정 | 1 | 1 | 60 |
| 시나통정10mg | 1 | 1 | 60 |
| 콩코르정5mg | 1 | 1 | 60 |
| 센지로이드정 | 1 | 1 | 60 |
| 아스피린장용정100mg | 1 | 1 | 60 |
| 메가폴민정500mg | 1.5 | 2 | 60 |
| 아마릴정2mg | 2 | 1 | 60 |

상기 처방을 가지고 오신 분에게 다음과 같은 복약지도를 하고 있습니다.

약사 : 일찍 병원을 다녀오시네요!

환자 : 네. 일찍가야 빨리 올수 있어서 일찌감치 다녀옵니다.

약사 : 잘 하셨네요!

약사 : 혈압 당뇨는 어떠시다고 병원에서 얘기하던가요?

환자 : 별다른 말은 없고 지난번하고 비슷하다고 하던데요!

약사 : 혈압과 당뇨수치는 얼마라고 하던가요?

환자 : 몰라요! 큰 문제 없다고 하던데요?

약사 : 그래도 돈 내고 검사하셨는데 결과는 알고 오셔야죠!

다음부터는 혈압수치 혈당수치를 꼭 알아주세요!

그래야 내몸 상태를 정확히 알고 거기에 맞추어 생활하셔야
합병증이 안 생겨요!

환자 : 평소에 집에서 재기는 하는데 수치가 왔다 갔다 해요?

약사 : 그래서 병원에 가서 정확히 재야 하는 겁니다.

환자 : 다음부터는 수치를 알아 와야겠네요!

약사 : 지금 받아오신 처방전에는 혈압약이 네가지 들어있고요 심장병을 예방하는 아스피린
이 들어있습니다.그리고 당뇨약 두가지와 갑상선기능을 올리는 약이 한가지 들어 있
습니다.

환자 : 맞아요! 이번에는 갑상선약도 추가 되었을 거예요!

약사 : 갑상선기능저하증에 복용하는 약이 처방되어 있는데 이약을 먹으면서 주기적으로
갑상선기능검사를 하는 것이 꼭 필요합니다. 갑상선기능이 너무 올라가도 문제가
되는 병이므로 약복용을 잊어버렸다고 한꺼번에 두봉을 드시면 큰일 납니다.

환자 : 약은 일단 정신으로 복용하는 데도 가끔 빼먹을 때가 있어요! 특히 저녁약은 잊어 버리고 빼먹는 날이 많아서 아직도 저녁약은 남아 있어요!

약사 : 그러면 치료가 잘 안되어 합병증이 생길 확률이 높아지니까 빼먹지 말고 꼭 챙겨 드세요!

약사 : 그리고 당뇨약중에서 녹색약(아마릴)은 꼭 식사직전에 복용하셔야 하고요 아침을 꼭 챙겨 드셔야 합니다. 또 이약은 햇볕에 민감하게 작용하므로 태양이 내려 쬐는 시간에는 가급적 외출하지 마시고 부득이 한 경우에는 선크림을 바르고 외출하셔야 해요

약사 : 당뇨약이 한가지 더 들어 있는데 이약은 아침약에도 들어 있고 저녁에도 한번 더 먹는 약이 바로 당뇨약인데 위장장애나 음식맛을 잃게 할 수도 있기 때문에 식사 직후에 복용하시는 것이 좋습니다.

약사 : 당뇨병이 있으신 분은 언제 저혈당증세가 나타날지 모르니까 사탕이나 초코렛같은 단 음식을 지니고 다니셔야 합니다.

환자 : 저혈당증세는 어떻게 나타납니까?

약사 : 저혈당증세는 몹시 허기가 지고 어지럽고 눈이 침침해지고 온몸에 기운이 꺾 빠지면서 식은땀이 나면서 가슴이 벌렁거리고 손이 떨리고 마음이 안정이 안됩니다. 이럴때 가지고 다니던 사탕이나 단맛의 음식을 빨리 드시면 금방 좋아집니다.

환자 : 앞으로 조심해서 다녀야 하겠습니까.

약사 : 나머지 약은 고혈압에 사용하는 약들인데 아침에 한번만 드셔도 되겠네요! 혈압약중에는 마른기침이 생길 수 있는 약도 처방되어 있어서 혹시라도 이유없이 마른기침이 자주 나오면 의사와 상의하셔야 합니다.

환자 : 그래서 요즈음 기침이 자주나온 것인가? 이번처방으로 바꾸고 나서부터인가 기침이 자주 나온 것 같은데요!

약사 : 그러면 이번약 복용중에도 계속해서 그런 증상이 있는지 잘 살펴 보시고 다음에 병원 의사와 상의하셔야 할 것 같아요!

약사 : 혈압약을 복용하시면 아침에 일어날때는 벌떡 일어나지 마시고 천천히 일어나시는 것이 좋습니다.

환자 : 왜 그래요?

약사 : 혈압강하효과 때문에 어지럽거나 현기증이 나타날 수 있으므로 그렇습니다.

약사 : 처방된 혈압약중에는 오줌을 잘 나오게 하는 약이 들어 있어서 저녁에는 혈압약을 복용하시면 안됩니다. 아침에 혈압약을 복용하지 않았을 때도 저녁6시이전에는 꼭 혈압약을 복용하셔야 합니다.

약사 : 또 이처방에는 갑작스런 심장병을 예방하기 위하여 소량의 아스피린성분이 들어 있습니다. 하지만 위장이 예민한 사람은 위장에 부담이 가므로 술을 마시거나 관절이 안 좋다고 소염진통제를 함부로 드시면 위장출혈등도 일어날 수 있으므로 각별히 신경 쓰셔야 합니다.

환자 : 관절이 안 좋아서 다른 병원에서 관절약을 타다 먹는데 어떻게 하죠?

약사 : 두가지 약을 동시에 드시지 마시고 시간 간격을 두고 드시는 것이 좋고 그래도 불안하시면 의사선생님과 상의하셔야 됩니다.

약사 : 혹시 자몽은 안드시는 모르겠습니까?

환자 : 가끔 먹을 때가 있는데 오렌지나 귤을 자주 먹는 편이지요!

약사 : 자몽은 처방된 혈압약의 배설을 지연시켜 혈압이 너무 많이 떨어질수 있으므로 가급

적이면 안 드시는 것이 좋습니다.

약사 : 그리고 혈압에는 소금이 제일 나쁩니다. 소금이 몸속에 많아지면 혈압이 올라가는 원인이 되므로 싱겁게 음식을 드시는 것이 제일 중요합니다. 또 당뇨가 있으시니까 평소에 단 음식은 피하는 것이 좋습니다. 뿐만아니라 성인병에 나쁜 흰쌀밥 대신에 잡곡밥을 해 드시는 것이 좋고 식용유를 사용하지 않도록 하셔야 콜레스테롤이 올라가지 않습니다. 지금은 다행히도 고지혈증약은 드시지 않으니 정말 다행입니다.

약사 : 운동은 좀 하고 계십니까?

환자 : 마음만 있지 별로 하는 것이 없어요. 헬스를 다닐까 수영을 다닐까 어떤 운동이 좋은지 모르겠네요?

약사 : 돈드는 운동도 좋지만 돈 안드는 등산이 제일 좋아요!

등산은 전신운동이 되고 유산소운동이 되기 때문에 그 어떤 운동보다 효과가 좋아요. 그리고 비만예방에도 좋아요. 특히 뱃살 빠지는데는 등산보다 더 좋은 운동은 없어요!

환자 : 오늘부터는 약도 더 정성스럽게 먹고 음식도 좀 가려 먹어야 하겠다는 생각이 드네요! 등산도 내일부터 당장 시작 하도록 해 보겠습니다.

약사 : 아무리 좋은 약을 드셔도 마음이 편해야 제일 효과가 좋습니다.

스트레스 받지 않도록 마음을 넓게 드시고 오늘 제가 말씀드린 식이요법 운동요법 생활요법 약물요법이 잘 지켜지면 건강하게 생활하실 수 있을 겁니다. 다음에 뵈는 때는 더욱 건강한 모습으로 뵈겠습니다. 안녕히 가십시오.....