

藥의 濫用과 誤用

洪 文 和

(서울大學校 名譽教授·藥博)

1. 藥의 本質

우리가 藥이라고 하면 醫藥品을 말한다. 醫藥品이란 병의 예방·치료 및 진단에 사용되는 것을 뜻한다.

오늘날 우리의 건강이 향상되고, 平均壽命이 늘어나서 누구나 오래 살게 된 것은 좋은 의약품이 많이 개발되었기 때문인 것은 아무도 부정할 수 없는 사실이다. 그러나 무병 장수하게 된 원인이 약 때문만은 아니며, 영양 섭취의 향상, 생활 환경의 위생적인 개선, 의학의 발달로 진단과 병의 원인 구명이 보다더 정확하게 되고 輸液療法과 手術 등이 발달된 것도 중요한 요인들이라고 아니할 수 없다.

그런데도 병의 치료에는 藥物療法만이 전부라고 약을 過信하는 의식 구조를 우리는 지니고 있다. 더군다나 약을 전문가의 지시를 받지 않고 환자 또는 환자 가족이 자의대로 선택하여 사용하는 데 중요한 문제가 있다.

그럼으로써 약을 함부로 사용하는 남용과 약을 잘못 사용하는 오용이 큰 保健問題로 되어가고 있다. 약이 원래 사람의 건강을 증진시키는 유익한 것이 되어야 할텐데 그와 반대로 건강을 해치고 심한 경우 생명까지 위태롭게 하는 逆作用을 할 수 있다. 이와 같은 약의 해독 즉, 藥禍가 늘어나고 있음은 걱정스러운 일이다.

약은 특별한 예외를 제외하고는 본질적으로 毒이라고 할 수 있다. 따라서 약리 작용은 사람

에게 유익한 작용과 아울러 사람에게 해로운 역효과 adverse reaction를 지니고 있다는 것을 인식하여야 한다.

藥은 毒이라는 생각을 하지 못하고 무턱대고 몸에 이롭다는 의식을 지니고 있는 것이 약의 남용과 오용의 기본이 되는 것이다. 약의 부적당한 사용은 일반 대중 뿐만 아니라 전문가인 의사나 약사에게도 있을 수 있다. 때문에 藥物療法의 연구가 나날이 발달되어 약 때문에 생기는 藥原病, 의료 과오로 생기는 醫原病을 방지하기에 전력을 다하고 있다.

약은 무시하여도 아니되고 과신하여도 아니된다. 현대의 놀라움게 발전된 약의 혜택을 일체 무시하고 약을 사용하지 않는 것도 어리석은 일이지만, 반대로 약을 지나치게 믿어 모든 병은 약만으로 치료할 수 있다고 생각하는 것도 잘못이다.

약은 이와 같이 판 商品과는 달라서 직접적인 生命有關物質인 성격을 띠우고 있기 때문에 약의 제조 및 유통에 있어서 판 商品과는 엄격하게 구별되어야 한다. 그러기 위해서는 醫藥品에 대한 올바른 인식을 지닐 수 있도록 일반을 계도하고 아울러 약이 올바르게 유통 및 사용될 수 있도록 醫療制度의 개선도 필요한 것이다.

2. 왜 藥을 좋아하는가?

일반적으로 동양 사람, 그 중에서도 특히 우리 나라와 일본 사람들은 약을 좋아하여 전문가

의 지시 없이 자기 나름대로 약을 사용한다는 평을 받고 있다. 의료비에 있어서 약이 차지하는 비율이 만 선진국에 비하여 훨씬 크다는 사실을 보아도 알 수 있다. 이와 같이 약을 스스로 많이 사용하는 데는 몇 가지 이유를 들 수 있다.

① 藥은 먹을수록 몸에 좋다는 迷信 : 약은 전쟁할 때에 사용하는 무기와 같은 것이어서 부득이한 경우에만 조심해서 사용하여야 한다. 우리는 약을 무섭게 생각하지 않는다. 우리의 '藥'에 대한 개념으로서 약은 몸에 이롭다는 생각만을 하고 있다. 그와 같은 생각이 補藥을 숭상하는 습성을 조성하고 있다.

② 病을 치료 또는 예방하는 主體가 藥이라는 迷信 : 우리의 몸은 병을 치료하려고 하는 자연치유력을 지니고 있으며, 약은 자연치유력을 보조하여 주는 정도의 역할에 불과하다. 자연치유력에 의하여 병을 극복하여야지 약의 힘만으로 병을 치료하면 병에 대한 저항력이나 면역성이 생기지 않게 된다.

우리 속담에도 '보약 중에서 가장 좋은 보약은 食補'라는 말이 있다. 올바른 영양 섭취가 병을 예방하고 병을 치료하는 기본이 된다. 食餌療法로 되지 않을 경우에만 약물요법을 하여야 한다고 되어 있다.

③ 對症療法를 약물요법의 전부라고 생각하는 迷信 : 감기 두통에는 해열진통제, 기침에는 기침을 멈추는 鎮咳劑, 소화가 되지 않으면 소화제, 설사가 나면 설사 멈추는 약...이런 식으로 증상 하나하나를 대상으로 하여 그런 증상을 멈추는 약을 사용하는 방식을 대증요법이라고 한다.

경우에 따라서는 증상이 병 치료에 유리한 자연치유력이 나타나는 경우도 있는데, 무턱대고 그런 증상을 없애 주는 것을 치료법의 전부라고 생각하는 것은 잘못이다. 그와 같은 증상들이 생겨나게 된 원인을 밝혀 원인을 근본적으로 치료하여 주는 치료법을 原因療法이라고 한다. 증상이 너무 심하고 급해서 우선 대증요법을 해야 할 경우도 없는 것은 아니지만, 될 수 있다면 原因療法이 가장 좋다.

④ 藥物中毒를 무서워 하지 않는 迷信 : 약을 계속

사용하면 약에 대한 만성중독증상이 생긴다는 것을 모르는 사람이 많다. 아편 중독자(아편쟁이)라던 누구나 무서워하는데, 아편 뿐만 아니라 정도의 차이는 있을 망정 모든 약은 습관성이 생겨서 만성 중독자가 된다.

약물의 만성중독은 3단계로 생기는데

① 精神的 依存性이 생기는 段階 : 약을 계속 사용하다 보면 약을 먹지 않으면 마음으로 쓸쓸하고 불안하게 느껴지는 단계이다. 술을 마시는 사람이 저녁 때만 되면 술 생각이 출출하게 생기면 그게 바로 精神的 依存性이며, 알콜중독의 첫 단계이다.

② 藥의 使用量이 늘어나는 段階 : 차츰 약을 복용하는 양을 늘려야만 효과가 나타나게 되는 증상인데, 그와 같은 현상을 藥의 耐性이 생겼다고 한다.

③ 사용하던 藥을 끊으려고 하면 禁斷現象이 생기는 段階 : 먹던 약을 먹지 않으면 손이 떨린다는가 기운이 떨어지고 배가 아파지는 등의 육체적 증상이 생겨서 약을 먹지 않고는 도저히 견딜 수 없는 상태가 되는데, 이런 현상을 禁斷現象이라고 하며, 그와 같은 중독을 肉體的 依存性이 생겼다고 한다.

우리 나라에는 해열진통제의 만성중독이 많다. 약물 중독을 일으키는 약으로 마약, 몰핀, 발비탈 계통의 수면제, 알콜, 정신안정제 등이 주된 것이지만, 모든 약은 계속 복용하면 어느 것이나 모두 습관성이 생긴다고 생각하면 틀림 없다. 약물 중독이 되면 간장 기능, 신장 등이 나빠져서 생명이 단축된다.

이상 열거한 약에 대한 意識構造를 지니고 있는 우리가 약을 흔히 사용할 수 있게 되는 데는 몇 가지 醫藥構造 또는 제도적·사회적 문제점이 있다.

첫째는, 아직도 제도상으로 醫藥分業이 되어 있지 않다는 점이다.

병의 진료는 의사가 하고 약의 제조, 조제, 투약, 약물요법의 관리 등은 약사가 분담하여 실시하는 제도를 醫藥分業이라고 한다.

또 하나의 문제점은 藥의 廣告인데, 원래 약은 商品이기는 하지만, 광고에 의하여 수요를 증

가시키고 약의 사용을 日常化 또는 대량화시킬 수 있는 보통 상품과는 다르게 취급되어야 한다.

우리 나라도 의약품 광고를 꽤 신중하게 통제하고 있기는 하지만 醫藥分業이 되어 있지 않은 여건하에서의 한계성이 있기 때문에 아직도 흡족하지 못한 점이 적지 않다.

근래 세계적 國民保健의 추세가 국민 각자가 스스로 자기의 건강을 지켜 나가며 그러기 위해서는 자기 스스로 藥物療法를 실시하는 Self-medication이 필요하게 된다. 이와 같은 셀프·메디케이션이 약의 남용·오용이 되지 않게끔 할려면 약에 대한 올바른 지식을 국민 전체에게 보급시키는 保健教育이 절대로 필요하다. 셀프·메디케이션이라고 하여 아무런 근거도 없는 민간약이나 정체 불명의 폐약 등에 현혹되지 않도록 하는 지도와 단속도 필요하다.

3. 藥의 濫用과 誤用을 막기 위해서는

① 약의 過信, 不信, 無關心은 어느 것이나 모두를 바르지 못하다: 써야만 병을 고칠 수 있을 때엔 독성이 있더라도 써야 하는 것이 약이기 때문에 현대 약품은 모두 몸에 나쁘다고 거부하는 태도도 올바르지 못하다.

그러나 그와 반대로 모든 약은 모두 몸에 좋다는 지나친 믿음도 좋지 않다. 결국 어떤 약이 좋고 나쁘며, 지금 무슨 약을 어떻게 써야 하는가는 전문가가 아니면 판단할 수 없다는 것을 알아야 한다.

② 廣告를 지나치게 믿어서는 아니된다: 약이 처음 개발될 때에는 이상적인 좋은 약으로 생각되었지만 오랜동안 세상에서 사용되다 보니 뜻하지 않은 부작용이 발견되는 경우가 있다.

새로 나오는 약을 너무 좋아하다가는 뜻하지 않게 자기 몸을 부작용 실험 대상이 되게 하는 결과가 된다.

유명한 실례를 들자면, 탈리도마이드라는 진통제, 수면제가 나와서 임신 입덧이 생긴 여인들에게 크게 유행되었는데, 임신 중에 그 약을

복용한 경우 두 팔이 없는 기형아가 생기는 것이 알려져 전세계를 놀라게 한 사건은 지금도 우리의 기억에 생생하다.

혈중클레스테롤을 조절하여 주기 때문에 아무리 肉食을 하여도 동맥경화증이 될 염려가 없다고 화려하게 등장되었던 新藥이 白內障으로 눈을 멀게 한 사실, 실사에 좋은 약이 '스몬병'이라는 무서운 병을 생기게 하여 천여명의 인명을 빼앗은 사실, 부신피질 호르몬이 새로 등장할 무렵 살이 찌는 약이라고 잘못 인식되어 남용한 사람들을 위궤양, 폐결핵 등을 생기게 한 사실.....이루 헤아릴 수 없이 많은 예를 들 수 있다. 새로 나온 약을 廣告만 믿고 덤벼들지 않도록 하는 것이 필요하다.

③ 약은 3일 이상 계속 복용하여서는 아니된다: 물론 위나 십이장궤양에 사용하는 制酸劑, 고혈압에 사용하는 혈압강하제, 당뇨병에 인슐린 등 만성병의 치료약은 전문가의 지시에 따라 장기 복용이 가능한 것도 있으나 가정에서 스스로 사용하는 감기약, 두통약, 진통제, 소화제, 호르몬제 등은 결코 오래 계속 복용하여서는 아니된다.

④ 쓸데없는 약을 사용하여서는 아니된다: 머리가 좋아지는 약, 뚱뚱해지는 약, 날씬하게 체중을 줄이는 약, 키가 크는 약, 얼굴을 희게 아름답게 하는 약, 대머리가 되지 않는 약, 잠이 오지 않게 하는 약, 정력제 등등을 액면대로 믿으면 아니된다.

⑤ 임신 중에는 절대로 약을 복용하여서는 아니된다: 특히 임신 초기가 더욱 위험하다. 태아에 작용하여 기형아가 생기기 때문이다. 또 갓난 아이에게 젖을 먹이는 동안에도 약을 복용하면 젖을 통하여 약이 분비되어 갓난 아이에게 해로운 영향을 주는 경우가 많다.

⑥ 약을 이것저것 섞어서 먹으면 아니된다: 한 가지 처방으로 약을 써야지, 그 약을 쓰면서 또 다른 처방의 약을 먹는다는가, 여러 사람의 의사·약사·한의사가 제각기 지시한 약들을 겹치기로 사용하면 약효가 나오지 않을 뿐만 아니라 때로는 중대한 부작용을 일으킬 수 있다. 메약은 이름과 광고하는 방법은 달라도 약의 성분은 같은

(p29에 계속)

에 끓은 자리가 있는 사람은 치료될 때까지 조리하지 않아야 한다. 앞에서도 지적하였지만 포도구균식중독은 음식을 가열하더라도 생기는 까닭에 포도구균이 들어가지 않게 해야 예방된다.

3) 보관 : 조리된 식품에서는 食中毒菌이 특히 잘 자라는 경우가 많은 까닭에 식중독을 일으킬 정도로 食中毒菌이 대량 자라기 이전에 식품은 먹어 없애는 것도 좋은 예방법이며, 오랫동안 높은 온도에 방치하지 않도록 한다. 보관 중에는 파리, 쥐, 사람들에 의하여 세균이 들어가는 일이 없도록 한다.

5. 食中毒의 治療

식중독의 주증세는 심한 설사와 구토이다. 食中毒菌의 종류에 따라서 정도의 차이가 있고 열이 나는 경우, 신경 증세가 나타나는 경우 등도 있지만 설사나 구토가 없으면 식중독임을 알기 어렵고, 또 국내에 생기는 식중독은 설사와 구토가 주증세이다.

그러나 환자에 따라서 경중의 차이가 많고, 심하면 뜨물 같은 설사가 횡수를 세기 어려울 정도로 계속되기도 하지만 경하면 하루에 몇 차례 설사를 하는데 그치기도 한다. 그러나 중증 이전 경증이전 치료의 목표가 되는 것은 설사나 구토로 빠져 나간 수분을 보충하고 전해질(이온)

을 교정하는 것이다. 전해질의 교정은 전문적인 지식이 필요하고 의사가 해야 되는 일이며, 가정(학교)에서 할 수 있는 일은 수분 보급이다.

1) 수분 보급 : 먼저 이해해야 될 것은 입으로 마신 물이 그대로 대변으로 나오는 것이 아니라 는 점이다. 흔히 설사하는 환자에게 물을 주면 그대로 대변으로 나와서 설사가 심해지리라고 오해하고 수분이 부족한 환자에게 수분의 섭취를 제한하는 사람이 있으나 그릇된 생각이다.

설사가 심하면 水分 부족으로 사망하므로 빨리 병원에 가야 되지만, 병원에 가는 동안이라도 환자가 마실 수 있다면 되도록 물을 많이 마시게 한다. 하루에 몇 차례 정도의 설사는 집에서 물만 마셔도 회복되며, 아무런 약도 필요없고 설사를 막는 약은 주지 않도록 한다.

2) 전해질 교정 : 가정이나 학교에서 할 수 있는 방법은 설사변으로는 소금이 많이 빠져 나가는 까닭에 마시는 물에다 소금을 타서 마시게 하면 효과적이다. 실제로는 물 1,000cc에다 소금 5.0g, 설탕 40g을 넣어 마시도록 하면 아주 효과적이다.

3) 기타 : 수분 보급만으로 대부분의 환자는 회복되지만 수분 소실이 지나치게 많거나 다른 증세가 생기면 반드시 병원에 가서 치료한다. 설사가 백히는 약이나 항생제는 사용하지 않으며, 다른 약품도 일체 투약하지 않는다. ☒

〈p44에서 계속〉

경우가 많다. 그런줄 모르고 각각 딴 종류의 약이라고 생각하여 겹쳐서 먹으면 약의 분량이 너무 많아져서 큰일나는 수도 있다.

⑦ 노인이나 어린이에게는 특별히 조심하여 약을 써야 한다 : 노인이나 어린이를 보통 사람으로 취급하여서는 아니되며, 노인이나 어린이에게는 사용할 수 없는 약도 있고, 특히 노인은 연세에 따라 복용량을 줄여야 한다.

⑧ 생약이나 한약은 안전하다고 과신하여서는 아니 된다 : 생약이나 한약은 약제에 따라 약효 성분의 함량이 일정치 않기 때문에 더욱 위험하다.

⑨ 약은 지시된 분량과 방법을 꼭 지켜서 복용하여야 한다 : 분량을 많이 먹으면 그만큼 효과가 빠를

것이라고 생각하여 지시된 분량을 어기면 큰일난다.

약은 건강을 지켜주는 생명의 구세주인 동시에 잘못하면 생명을 빼앗는 무서운 독약도 될 수 있다. 그러므로 약은 언제나 두렵게 취급하여야 한다.

옛말에 '병은 사람을 죽이지 않으나 약은 사람을 죽인다'라는 말이 있는데, 병이 생기면 우리 인체는 어떻게 하여서라도 병을 낮게 하는 방향으로 작용을 하는데 약을 잘못 쓰면 그와 같은 자연치유력을 망가쳐서 사람을 죽게 한다는 뜻이다. 생명의 약이 죽음의 약이 되어서야 되겠는가. ☒