



## 약과 음식물의 궁합 ① - 술·담배

어떤 음식을 섭취하고, 환자의 생활양식에 따라 약의 효과가 다르게 나타난다. 몇 달 전 영국 식품·의약품 안전위원회에서 '약과 함께 먹지 말아야 할 음식' 등을 발표하기도 했고, 여러 약 전문가들은 약의 효과를 최대로 늘리기 위해서는 환자의 식습관과 생활 태도가 중요하다는 것을 강조했다. 본 란에서는 약과 음식물의 상관성을 살펴보고 올바른 약의 복용법을 알아보고자 한다.

### 약과 술

알코올은 체내의 모든 대사기능을 저해하는 작용이 있다. 물론 체내 대사기능에는 약물을 무효화시키는 기능도 포함된다. 따라서 알코올이 이 기능을 저해시키는 상태에서 약을 먹게 되면 약의 효과가 매우 강해진다. 특히 알코올에 의해 그 효과가 강해지는 약에는 아세트아미노펜(해열진통제), 디아제팜(수면제), 메프로바메이트(정신안정제), 페니토인(간질 치료제), 포수클로랄(마취제) 등이 있으며 기타 항히스타민제, 혈압 강하제, 현기증 치료제, 혈관 수축제, 혈관 확장제, 항

생제 등도 포함된다. 불면증에 시달린다고 술과 수면제를 함께 사용하다가 영원히 잠들어 버리는 경우가 가끔씩 생기는 것도 이러한 이유 때문이다.

그런데 이와 같이 일반적인 알코올의 영향과는 반대로 만성 알코올중독자의 경우는 약효가 없어지게 된다. 술을 매일 많이 마시는 술고래들은 약의 효과가 잘 안 나고 마취가 잘 안 된다든가 하는 말을 들을 수 있는데 그 말은 근거가 있는 이야기이다. 즉 술을 매일 많이 마시면 술을 분

해하기 위해 대사가 증가해 그 대사기능이 약도 빨리 무효화시켜 버리므로 약의 효과가 없어져 버린다.

신체는 매우 정교한 화학 공장과도 같아서 밖에서 독물이 끊임없이 들어오면 그 독물의 파수꾼인 간장이 단련되어 점점 커진다. 그래서 간장기능은 점점 발달하고, 윗배도 점점 불러진다. 술꾼들이 스스로 배가 나온 것을 '술배'라고 지칭하는 것도 일리가 있는 말이다. 그런데 그 결과가 얼마나 위험한 것인지 우리는 주변에서 많이 보아 왔다. 약국에서 아세트아미노펜(해열 진통제)을 사 먹은 환자가 달려와서 "이 약국은 참 엉터리야. 약 먹어도 하나도 안 낫는다"라고 투정하면 약사는 일단 그 사람이 평소에 술을 많이 먹는 사람인지 의심해 본다. 이러한 특성을 가진 약은 아세트아미노펜뿐 아니라 신경 안정제 같은 종류도 마찬가지이며 아이나(결핵약)와 쿠마린(혈액응고 방지제) 그리고 페니토인(전간 치료제)의 효과도 없어진다.

이렇게 술이 약에 미치는 영향과는 대조적으로 약이 술에 대해 영향을 미치는 경우도 있다. 항생제 편에서 언급할 세뎀계 항생제 중 주사약의 일부는 체내에 들어가서 알코올의 대사를 억제시켜 취기(얼굴이 붉어지고 가슴이 두근거리며 머리가 아프고, 어지럽고 토하게 되며 숨이 차는 등의 현상)를 강하게 해 준다. 또한 '시안아미드'라고 하는 약은 알코올을 혈액 중에 축적시키는 작용을 한다. 물론 소위 '술 끊는 약'이라고 알려진 디설피람을 복용하고 술을 마시면 이들과 유사한 작용 때문에 매우 위험하다. 이상과 같은 위험이 있기 때문에 술을 먹고 약을 먹어도 안 되고 또한 약을 먹고 술을 먹어서도 안 된다는 사실을 명심해야 한다.

## 약과 담배

담배를 많이 피우는 사람이 약을 복용했을 때 약의 효력이 잘 나타나지 않는다면, 그것은 약을 준 의사나 약사의 책임이 아니라 담배를 평소에 많이 피운 사람 자신의 책임이다. 왜냐하면 담배는 우리 몸에서 볼 때 전형적인 독물이므로 담배를 피우게 되면 니코틴의 독성을 해소하기 위해 간장에서 대사가 증가하기 때문이다. 즉 평소에 간장의 대사가 활발하기 때문에 약을 복용해도 빨리 대사가 진행되어 약효가 빨리 없어지게 되는 것이다.

특히 아세트아미노펜과 안티피린(해열 진통약), 프로프라놀올(부 정맥 치료제), 디아제팜(신경 안정제), 페나세틴(해열 진통제), 테오필린(천식 치료제), 이미프라민(항우울제), 와파린(혈액응고 방지제) 등의 약은 각각으로 인해 효력이 감소하는 종류이다.

한편 젊은 여성들의 흡연율이 증가하는 경향이 있는데, 각각에게에는 간장의 대사로 여성호르몬이 적어져서 불임의 원인으로 작용할 수 있음을 명심해야 한다. 물론 임신중인 여성이 흡연을 하였을 때 발생하는 문제점도 많지만, 임신하지 않았더라도 앞으로 임신할 계획이라면 흡연을 자제해야 할 것이다.

