

# 이런 약들이 혈당에 영향을 미친다

우리몸에 작용해서 혈당을 높이거나 낮추는  
여러가지 약물들이 있다. 여기서는 당뇨병관리에  
영향을 끼칠 수 있는 몇가지 알려져 있는  
주요 약들을 차례로 소개하고자 한다. 이 약들은 몇몇 당뇨병인의  
당뇨관리에 어려움을 주기도 하지만 거의 대부분은  
전혀 문제가 없을 것이다.

병원 응급실의 의사들은 성인 당뇨병환자가  
응급실로 실려 왔을때 - 거의 의식이 없고,  
땀이 나며, 맥박이 매우 빠르게 뛰는 - 어떤  
처치를 해야 하는지 잘 알고 있다. 이 증상  
들은 경구용 다이아비네스를 복용하는 당뇨  
환자가 저혈당시 생기는 일반적 증상이기  
때문이다. 의사는 정맥내로 포도당을 투여  
하고 증상이 사라질때까지 기다렸다가 돌려  
보낸다.

그러나 두 시간후 다시 병원으로 실려오  
고, 세번째 또 오게되면 의사는 또다른 어떤  
원인이 있음을 의심하게 되고 그에게 질문  
하게 되며, 환자가 낮에 셉트라(Septra)라  
는 항생제를 의사로 부터 처방받았음을 알

게될 것이다. 이 약은 다이아비네스와 함께  
복용할때 저혈당을 일으킨다.

이때 의사는 대부분 병원에 환자를 두고  
계속 관찰하면서 그 약의 효과가 사라질때  
까지 환자의 혈당을 조심스럽게 관리한다.  
그 사이 의사는 주치의에게 이 문제를 설명  
하게 되고 당뇨약과 함께 복용해도 부작용  
을 일으키지 않는 약으로 처방을 바꾸게 된  
다.

## 당뇨인 복용약물 신중히 선택해야

이렇듯 약의 작용으로 인해 여러가지 부  
작용이 나타날 수 있다. 예를들어 특정약물

에 의한 알레르기나 이상증상등 약 복용을 중지해야 하는 부작용 등이다. 더욱이 동시에 2가지 이상 여러 종류의 약물복용은 두 약물간의 반응에 의하여 원하지않는 방향으로 작용이 나타날 수도 있는데 이를 '약물의 상호작용'이라고 한다.

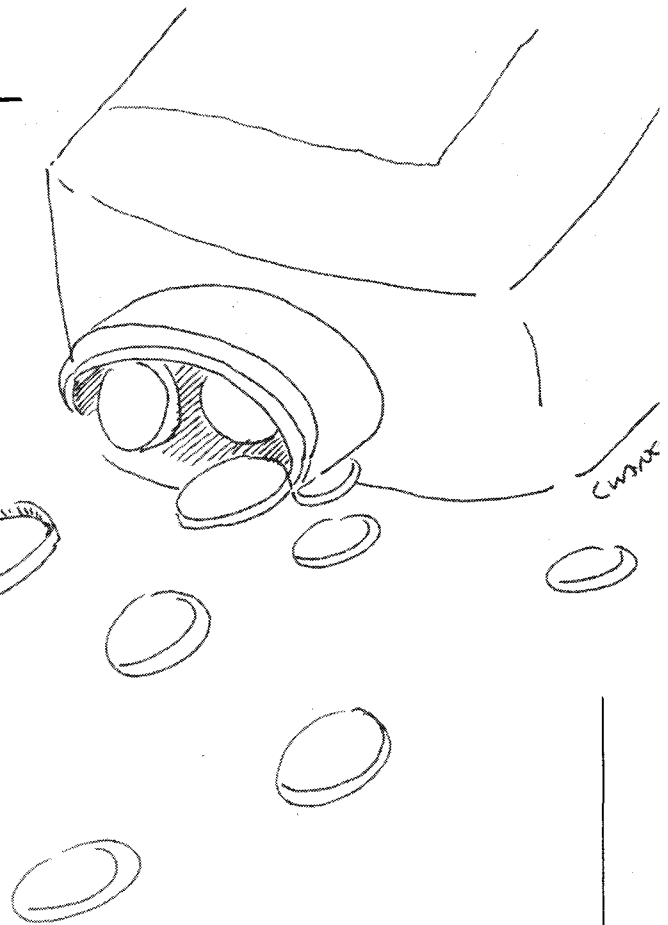
경구혈당강하제의 작용에 영향을 미칠 수 있는 요인들은 여러가지가 있다. 당뇨이외에 어떤 다른 질병을 가지고 있는가, (그 질병 자체 때문에 경구혈당강하제의 작용이 변할 수도 있다.) 운동은 얼마나 하고 있는가, 술이나 담배등을 얼마나 즐기는가 하는것 등이다.

또, 신체가 어떤 약에 특이한 반응성을 가지고 있다면 그 약의 복용으로 부작용을 일으킬 것이다. 따라서 약을 복용할때는 반드시 의사나 약사에게 이야기하고 상의하도록 해야 한다.

우리몸에 작용해서 혈당을 높이거나 낮추는 여러가지 약물들이 있다. 여기서는 당뇨병관리에 영향을 끼칠 수 있는 몇가지 알려져 있는 주요 약들을 차례로 소개하고자 한다. 이 약들은 몇몇 당뇨인의 당뇨관리에 어려움을 주기도 하지만 거의 대부분은 전혀 문제가 없을 것이다.

### 의사·약사와의 상담이 기본

또한 여기에 쓰여진 약들이 혈당에 영향을 미친다 하더라도 꼭 그 약이 필요한 경우라면 적당한 방법으로 계속 복용할 수도 있을 것이다. 의사나 약사가 종합적인 당뇨관



리 계획속에서 이 약들을 안전하게 사용할 수 있도록 도와줄 것이다.

만약 당신이 혈당강하제를 복용하고 있다면 \*가 있는 약은 혈당을 심각하게 내리거나 높일 수 있는 약이므로 특히 주의해서 보아두고 알아야 한다. 이 약들과 당뇨약을 함께 복용했을 때 당뇨약은 혈당을 현저히 낮추거나 높일 수 있다.(여기서 당뇨약, 즉 경구혈당강하제는 모두 설펜닐 우레아(Sulfonylurea) 계통의 약 - 다이아비네스, 다오닐, 다이그린, 글루레노름, 디아미크롬, 유글로콘 - 들을 말한다.)

처방약과 마찬가지로 약국에서 손쉽게 구입하는 약들이나 드링크 등도 부작용을 일으킬 수 있다. 약물성분끼리 때때로 상호작용을 하기 때문이다. 특히, 처방없이도 약물을 구입할 수 있기 때문에 약의 사용에 있어

.....

**처방약과 마찬가지로 약국에서 손쉽게 구입하는 약들이나 드링크 등도 부작용을 일으킬 수 있다. 약물성분끼리 때때로 상호작용을 하기 때문이다. 특히, 처방없이도 약물을 구입할 수 있기 때문에 약의 사용에 있어 항상 주의해야만 한다.**

항상 주의해야만 한다. 약 구입시에는 포장에 적혀있는 주의사항이나 당뇨인의 주의사항, 경고들을 명심해서 읽어야 한다. 그러나 경고내용이 있다고 해서 모든 사람들의 혈당에 그런 영향들이 일어난다는 것은 아니다.

아래 약들은 혈당관리에 영향을 줄 수 있는 약들이다.

**혈당관리와 관계되는 약물**

**■ 술(Alcohol)**

다른 약과 마찬가지로 알코올도 개인에 따라 작용에 약간씩 차이가 날 수 있다. 당뇨환자에게 알코올의 위험은 매우 심각하게 발생한다. 특히 공복시 알코올 섭취는 혈당을 치명적으로 떨어뜨릴 수 있다.

알코올은 (인슐린 의존형) 당뇨환자에게 더 영향이 크고 식사로만 조절하는 당뇨보다 경구혈당강하제를 복용하는 환자에게 더 위험하다.

그러나, 알코올은 정반대의 작용도 가지고 있다. 개인에 따라 술을 과량으로 오렌시

간 먹었을때 고혈당을 일으키기도 한다. 고혈당은 아마도 간의 손상에 원인이 있는 것 같다.

**■ 아스피린(Aspirin)**

일반적으로 두통이나 일시적 해열에 복용하는 아스피린의 양은 당뇨병과 별로 관계가 없다. 그러나 만성적 동통때문에 복용하는 양에서는 경구혈당강하제와 함께 복용할 때 혈당을 더 낮추게 된다. 만약 많은 양의 아스피린을 섭취할 필요가 있을때 의사는 당뇨약의 용량을 조절해 줄 것이다.

**■ 카페인(Caffeine)**

커피·차·음료에서 볼 수 있는 이 카페인은 비바린(Vivarin)과 이노제 오드리닐(Odrinil)의 주요성분이다.

카페인은 많은 양을 먹으면 혈당을 높이는 작용이 있다. 카페인은 인슐린반응과 마찬가지로 저혈당증을 일으킨다.

**■ 감기약과 다이어트 약(Cold Remedies and Diet Pills) :지미콜, 액티피드, 화콜**

수다페드(Sudafed), 코타이레놀(CoTylenol), 텍사트림(Dexatrim), 다이어탁(Dietac) 등의 많은 약들은 에피네프린 작용성 화합물들을 담고있다. (에페드린, 슈도 에페드린, 페닐프로파놀아민, 페닐에페드린 등) 이러한 약물들은 당뇨환자에서 혈당을 높일 수 있으며, 혈압도 높인다.

**■ 마리화나(Marijuana)**

이 약은 직접적으로 혈당을 높이지는 않



지만 마리화나를 복용하는 많은 사람에서 단맛에 대한 강한욕구를 느끼게 된다. 따라서 이러한 욕구에 빠져들어 단것을 먹게되면 혈당은 급격히 상승될 것이다.

#### ■ 당이 함유된 약물(Sugary Medicine)

대부분의 해소시럽이나 로젠스는 당으로 만들어진다. 병이 생기면 종종 이 약들을 먹게되고 이때 혈당은 올라가게 되므로 문제가 있다. 당이 함유된 약을 사용할 때는 항상 복용전에 의사나 약사와 상의해야 한다. 약사는 당신이 필요로 하는 약중 당이 없는 형태를 찾아줄 것이다.

그러나 때때로 표기없이 제조자가 당을 첨가해 버리는 수도 있다. 만약 당이 없는지 확실하지 않으면 제조자에게 연락을 해 보아야 한다.

#### ■ 담배, 흡연(Tobacco)

흡연이 혈당을 높인다는 연구자료가 있지

만 정확한 결과는 아직도 더 많은 연구를 필요로 한다. 그러나 여전히 금연은 중요한 것이다.

#### ■ 혈당을 높이는 약물

#### ■ 부신피질 호르몬제(Corticosteroids) : 프레드니손, 데카드론, 케나로그, 코티손, 루비코트, 웨로손 그 외

일반적으로 염증, 발적, 동통, 부종에 사용되어지는 부신피질 호르몬제들이다. 의사는 천식, 다발성경화증, 관절염, 중증 근무력증 등 다양한 질환의 통증에 부신피질 호르몬제를 처방한다.

#### ■ 비이노성 혈압강하제(Diazoxide): 하이퍼스타트, 프로글리셈\*

프로글리셈(Proglycem)은 강력한 고혈당 유발약이다. 이 약으로 인슐린 분비성 췌장종양에 의해 생긴 저혈당을 치료한다.

하이퍼스타트(Hyperstat)란 약은 고혈압치료에 사용되고 있다. 그러나 몇몇 의사들은 두 약이 같은 약으로 이름만 다른것을 깨닫지못하고 있을때가 많다.

■ 이뇨제(Diuretics)\* : 라식스, 라시딘

이 약들은 소변으로 배설되는 수분의 양을 증가시킴으로써 몸의 수분을 내보낸다. 이 약들은 고혈압과 심부전치료에 매우 자주 사용된다. 티아자이드계 이뇨제(Diuril, Hydro-Diuril, Esidrix)등은 일반적으로 혈당에 강한 작용을 가진다. 다른 이뇨제(Diamocs, Hygroton, Edecrin, Lasix)등 또한 혈당을 현저히 높일 수 있다.

■ 에피네프린(Epinephrine)과 에피네프린 작용성 화합물, 아드레날린(Adrenaline)\*

심장고동이 멈추었을때 심박동을 다시 회복시키는 생명구제약으로 자주 사용한다. 비슷한 화합물이 감기치료제, 충혈제거제, 다이어트시 식욕억제제로 사용된다.

■ 출산조절약, 에스트로젠(Estrogen): 미니보라, 미누렛, 세스콘등 피임제

피임을 위해 사용되며 폐경기 증상을 줄이는데도 사용된다.

■ 니코틴 산(Nicotinic acid), 니아신(Niacin)

때때로 많은 양이 고콜레스테롤증의 치료에 사용된다. 왜냐하면 이 성분들은 비타민 B군이며, 니아신은 또한 영양제로써 일반약

으로 많이 판매되고 있다. 많이 복용하면 혈당을 높일 수 있다.

■ 리튬 카르보네이트(Lithium Carbonate)\*: 탄산리튬, 리탄

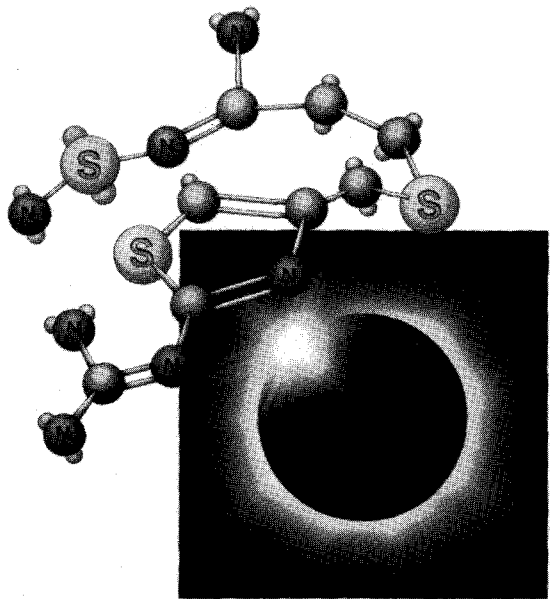
조울병을 치료하는데 사용한다.

■ 페노바르비탈(Phenobarbital): 수면제 진정제

이 약은 수면·진정제로, 때로는 간질치료제로도 사용된다. 이 약은 당뇨약을 복용하는 사람에서 고혈당을 일으킨다.

■ 페니토인(Phenytoin): 디린친\* 부정맥, 경련치료제

이 약은 간질치료에 사용되며 다른 신경계 질병치료에도 사용한다. 이 약이 당뇨환



자 모두에서 혈당을 높이지는 않으나 몇몇에게는 강한 혈당상승을 가져온다.

■ 프로판도롤(Propranolol)와 다른  $\beta$ -차단약 : Inderal 베타자이드, 베텔민

대부분의 당뇨병환자에서 이 약은 혈당을 낮추지만 어떤 환자에서는 정반대의 고혈당 효과를 가져온다.

■ 리팜핀(Rifampin) : 리팜핀, 리팜피신

결핵치료에 사용한다. 이 약은 당뇨혈당 강하제(특히 톨부타마이드 복용)를 사용하는 환자에서만 고혈당을 일으킨다.

■ 갑상선 약들(Thyroid Preparation) : 건조갑상선제 포함

이 약은 갑상선을 제거하였거나 갑상선 호르몬이 분비되지 않는 사람들이 복용한다. 이 약을 과량 복용하면 고혈당에 의해 인슐린치료 환자에서 인슐린요구량이 증가한다.

**저혈당을 유발하는 약물**

■ 근육성장 호르몬들(Anabolic Steroids) : 남성호르몬

■ 클로람페니콜(Chloramphenicol)\*

중증감염증에 사용하는 강력한 항생제인데, 그 사용량에서 많은 부작용을 가진다. 이 약은 약을 복용하는 당뇨병환자에서만 혈당을 낮추는 효과가 있다.

**약을 복용할때는 반드시**

**의사나 약사의 지시에 따라야한다.**

그러나 약의 위험에서 당신을

안전하게 지켜주리라고 그들에게 전부를

의지하지 말아야 한다. 더 좋은 방법은 당신이

복용하는 의약품을 이해하여 안전을 스스로

검토하는 일이다.

■ 항응혈제(Coumarin)\* : 쿠마딘

이 약은 피의 응집을 막아 혈액을 묽게 만든다. 거의 심발작 환자에 사용한다. 이 약 또한 약을 복용하는 당뇨병환자에서만 혈당을 낮춘다.

■ 펜플라민(Fenfluramine) : 폰디민

체중조절을 위한 식욕억제제로 사용된다.

■ MAO 억제제 (Monoamine Oxidase Inhibitors)\*

저혈압에 사용되는 약이다. 이 약들은 많은 부작용이 예상되므로 매우 드물게 처방되고 있다.

저혈당 뿐만아니라, 이 약들은 숙성·발효 음식 - 포도주나 치즈같은 - 에 강한 영향을 받는다.

■ 메틸도파(Methyldopa)\* : 엘도맥스

고혈압치료제로 사용된다. 특히 톨부타마이드계 당뇨치료제를 복용하는 당뇨병환자에서 저혈당을 가져온다.

당신 몸속에서의 약의 작용을  
 알아볼 수 있는 가장 좋은 방법은  
 자신의 혈당과 요당을 측정해보는 것이다.  
 많은 약들은 요당검사로는 정확성을  
 믿기 어렵고 혈당검사로만 정확한 약의  
 반응성을 알 수 있기 때문에, 가정에서  
 요당검사보다는 혈당검사로  
 정확히 측정해야 한다.

■ 페닐부타존(Phenylbutazone)\*

항염증제로 관절염 치료에 사용된다. Chlorpropamide(다이아비네스) 경구약을 복용하는 당뇨병환자에서 저혈당을 일으킨다.

■ Propanolol과  $\beta$ -차단제들

이 약은 협심증(심장병으로 오는 흉통), 고혈압, 부정맥, 갑상선 항진증 등에 사용한다. 이 약은 혈당을 떨어뜨릴 뿐만아니라 떨림이나 발한등을 포함하는 증상등을 없애준다. 메토프로롤이나 티모롤같은 약들은 현재 미국에 소개되어 있으며 당뇨병인을 위한 더 안전한 약이 나왔다.

■ 설파제(Sulfa Drugs)\* :타우도린

항생제는 감염증치료에 사용된다. 이 약들 자체는 혈당을 낮추지는 않으나 화학적으로 설포닐우레아와 비슷하다. 당뇨약과 설파제를 함께 복용하면 혈당을 현저히 떨어뜨린다.

스스로의 안전검토 습관화 필요

약을 복용할때는 반드시 의사나 약사의 지시에 따라야한다. 그러나 약의 위협에서 당신을 안전하게 지켜주리라고 그들에게 전부를 의지하지 말아야 한다. 더 좋은 방법은 당신이 복용하는 의약품을 이해하여 안전을 스스로 검토해야 할 것이다. 항상 약포장의 지시사항과 주의사항을 유심히 살펴야 한다.

당신이 만약 한사람이 아닌 여러 의사에게서 진찰을 받고있다면, 같은 약이 두번 처방되거나 서로 상호작용을 하는 약을 피하도록 처방하여야 한다. 당신이 먹는 약의 일반명, 용량, 용법, 주의점(그 약과 함께 복용해서는 안되는 다른 약이나 음식같은) 부작용 등을 잘 알기전에는 의사의 진단실을 떠나지 말도록 해야 한다.

당신 몸속에서의 약의 작용을 알아볼 수 있는 가장 좋은 방법은 자신의 혈당과 요당을 측정해보는 것이다. 많은 약들은 요당검사로는 정확성을 믿기 어렵고 혈당검사로만 정확한 약의 반응성을 알 수 있기 때문에, 가정에서 요당검사보다는 혈당검사로 정확히 측정해야 한다.

어떤 경우에도 항상 포장속의 설명서를 세심히 읽고 결과를 잘못 이해하지 않도록 주의해야 한다. 당신이 먹는 약에 대한 스스로의 교육은, 당신 건강을 지키는 적군이 아닌 아군으로서 약을 유용하게 사용하게 될 것을 확신한다. ☞