



 식품의약품안전처와 함께하는

올바른 약 이야기

— 소화불량 —



식품의약품안전처와 함께하는

올바른 약 이야기



우리 사회는 저출산·고령화, 생활방식 변화, 과학 기술 발전 등으로 건강한 삶에 대한 관심이 더욱 높아지고 있습니다.

특히 질병을 예방하거나 치료하기 위하여 다양한 의약품들이 개발되면서 관련 정보들에 대한 요구도 커지고 있습니다.

의약품은 복용 방법, 복용 시 주의사항 등에 대한 정확한 정보를 가지고 올바르게 사용해야만 건강에 도움을 줍니다.

약업신문이 발간한 ‘올바른 약 이야기’는 국민들에게 의약품 안전 사용 정보를 제공하여 약물 오·남용을 방지하고, 건강한 사회를 조성하는데 기여할 것 입니다. | 식품의약품안전처장 오 유 경



CONTENTS

소화불량 주의하세요

소화불량이란?	06
소화불량의 원인	08

소화불량 관리하세요

소화불량 치료	12
• 제산제	
• 위장운동 촉진제	
• 내장의 진통 약물	
• 소화효소제	
소화불량에 대한 오해와 진실 Q & A	16
복약지도	18
소화불량 치료제 ‘웹스탈®’ 제품 정보	20



+ 소화불량



× 주의하세요

상부위장관(주로 위 및 십이지장)과 관련하여 발생하는 모든 소화기 증상들을 포함하는 용어로, 소화성궤양이나 위암 등으로 인한 **기질성 소화불량**과 내시경검사나 초음파검사 상 특별한 이상 소견을 보이지 않는 **기능성 소화불량**으로 구분됩니다.

소화불량이란?

상부위장관(주로 위 및 십이지장)과 관련하여 발생하는 모든 소화기 증상들을 포함하는 용어로, 소화성궤양이나 위암 등으로 인한 **기질성 소화불량**과 내시경검사나 초음파검사 상 특별한 이상 소견을 보이지 않는 **기능성 소화불량**으로 구분됩니다.

일반적으로 소화불량이라 하면 중요한 검사 상 이상 소견을 보이지 않는 기능성 소화불량을 말하며, 식후 만복감, 상복부 팽만감, 조기 만복감, 구역, 트림, 식후 상복부 통증 등 상복부 중심의 통증이나 불편감을 호소하게 됩니다.

① 상복부 속쓰림 ② 식후 포만감

명치 부근에서 발생하는 주관적이고 불쾌한 화끈거리는 느낌 위 내에 음식이 계속 남아 있는 것 같은 불편한 증상

③ 조기 만복감 ④ 상복부 통증

식사를 시작하자 배가 부르고 더 이상의 식사를 할 수 없는 느낌 명치부위에 발생하는 통증

기능성 소화불량이란 이들 네가지 증상 중 한가지 이상이 나타나는 것을 말합니다.

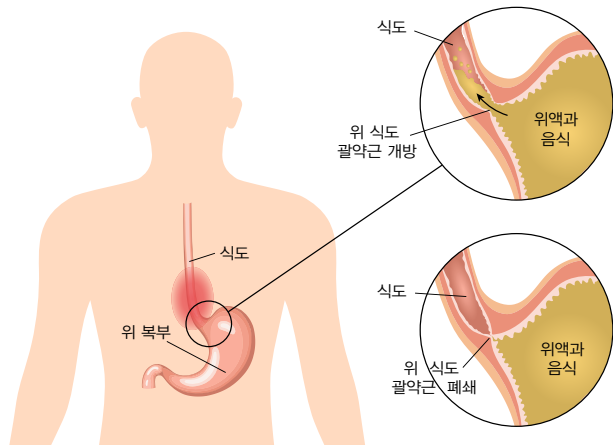
<위염/위 십이지장 궤양/위암>

단, 위염, 위십이지장 궤양이나 위암 등 기질적인 원인이 없어야 합니다.

출처 : 질병관리청 국가건강정보포털

소화불량의 원인

다양한 증상만큼 여러 원인에 의한 것으로 생각되고 있으나, 현재 일부 기전만이 밝혀져 있습니다. 이러한 병리기전은 소화불량의 특정 증상과 연관이 있습니다.



1. 위 운동 이상

기능성 소화불량의 환자에서는 여러 가지 위 십이지장의 운동 이상이 관찰됩니다. 그 원인에는 위배출능의 저하, 위전도 이상, 식후 상부위의 수축 증가, 내압검사 상 전정부 운동 저하, 십이지장의 역행성 수축과 내장 과감각, 소장의 운동능 저하, 미주신경 이상 등이 있습니다.



위복부팽만



복부통증

2. 내장감각능의 변화

일반적으로 섭취된 음식이 위에서 소화되는 동안 발생하는 생리적 자극은 느끼지 못합니다. 하지만 기능성 소화불량 환자의 일부는 위 팽창 자극에 대하여 민감해지며, 이러한 내장 과감각은 소화불량의 중요한 병인의 하나로 알려지고 있습니다.



속쓰림



소화불량



+ 소화불량



× 관리하세요

'의약품 안전사용 매뉴얼'은 안전하고 효과적인 의약품이 적절한 품질을 확보하고 국민에게 공급될 수 있도록 의약품 안전관리를 책임지는 식품의약품안전처에서 일반 국민이 실생활에서 의약품을 안전하고 올바르게 사용하는 방법을 쉽게 이해하고 실제 실행에 옮길 수 있도록 다양한 주제로 직접 커뮤니케이션하는 시리즈 정보입니다.

소화불량 치료

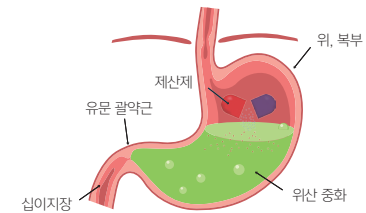
기능성 소화불량의 원인이 복합적인 것처럼 치료도 단일요법보다는 복합적이고 대증적인 방법을 선택하게 됩니다. 경우에 따라서는 특별한 치료를 하지 않고 적절한 검사만으로도 심리적인 안정을 유도하여 증상이 사라질 수 있습니다. 또한, 심리적인 요인이 강하게 작용하는 경우 위약만으로도 일부의 환자에서는 증상이 호전됩니다.

우리나라에서는 속 쓰림과 체함이 주 증상이므로 제산제와 위장운동 개선제가 많이 사용되어 왔는데, 최근 내장의 과감각이 위장증상의 원인이 될 수 있음이 보고되면서 내장 진통제가 연구되었으며 일부 약제는 실제 임상에 사용되고 있습니다.



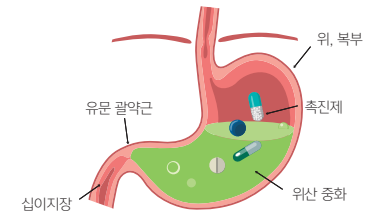
1. 제산제

속 쓰림이나 상복부 통증이 주 증상인 경우 제산제는 위산을 중화함으로써 증상을 완화시키기 때문에 긍정적인 효과를 기대할 수 있습니다.



2. 위장운동 촉진제

위장운동 촉진제는 기능성 소화불량의 치료에 있어서 널리 사용되고 있는 약제입니다.



3. 내장의 진통 약물

기능성 소화불량 환자 중 상당수가 위의 팽창 자극에 대해 정상인보다 적은 부피나 압력에도 불쾌감을 느낀다고 알려져 있습니다. 이러한 **내장 과민성이 기능성 소화불량의 중요한 원인**으로 알려짐에 따라 이를 조절하고자 하는 많은 연구들이 있어 왔으나, 내장 과민성에 대한 약물치료법은 아직 정립되어 있지 않은 실정입니다.

4. 소화효소제

소화효소제는 음식물에 들어있는 **영양소의 분해를 돕는 효소를 포함한 약물**이며 탄수화물, 단백질, 지방 등을 소화시키는 효소들을 동물 또는 식물에서 생산, 추출한 것들이 대부분입니다. 각 소화효소 별로 작용하는 기관과 분해하는 영양소가 다르며, 하나의 효소가 다양한 영양소를 소화시키기도 합니다.

소화효소제 제품들은 다양한 영양소를 소화시킬 수 있도록 여러 종류의 소화효소제를 포함하고 있습니다. 장내 가스를 배출시켜 복부의 불쾌감 또는 팽만감을 개선하는 **가스제거제**나 위산을 제거하여 속 쓰림 등의 증상을 개선시키는 **제산제**, 위장관 운동을 증가시키는 **위장운동 촉진제** 등과의 복합제가 많고, 주로 정제나 캡슐제가 사용 됩니다.

대표적인 소화효소제는 아래와 같습니다.

판크레아틴	동물, 주로 돼지의 췌장에서 만들어진 소화효소의 혼합물 이밀라아제, 트립신, 리파아제 등의 소화 효소를 포함하고 있어 탄수화물, 단백질, 지방의 소화를 도움
비오디아스타제	누룩곰팡이를 배양하여 생산된 소화효소를 정제 이밀라아제, 트립신, 리파아제를 함유하여 탄수화물, 단백질, 지방을 소화
프로테아제	단백질을 소화시키는 효소를 총체적으로 일컬으며, 유산균 등 미생물이나 동물에서 생산
브로멜라인	파인애플의 과즙 또는 줄기를 압착하여 추출한 물질로 단백질을 분해하는 효소를 포함
프로자임	누룩곰팡이를 밀기울에 접종시켜 배양한 뒤 생성된 효소를 추출, 정제한 것으로 단백질을 소화
판푸로신	누룩곰팡이를 배양하여 얻은 효소로 단백질을 소화
셀룰라제	섬유소를 분해하는 소화효소로 사람에게는 섬유소를 분해하는 소화효소가 없음
판세라제	트리코데르마라는 미생물을 배양하여 얻은 효소제로, 탄수화물, 단백질, 섬유소를 분해

대표적인 소화효소제 종류 및 제품은 아래와 같습니다.

소화효소제 + 가스제거제	파자임95®
소화효소제 + 가스제거제 + 이담제	베아제®, 웨스탈플러스®
소화효소제 + 가스제거제 + 유산균 + 비타민	아진팜®
소화효소제 + 위장운동촉진제 + 제산제 + 진경제 + 생약성분	애니탈®
소화효소제 + 가스제거제 + 제산제 + 점막수복제 + 건위제	웨스탈슈퍼자임®

출처: 질병관리청 국가건강정보포털, 약학정보원



소화불량에 대한 오해와 진실

Q 소화불량 증상이 있을 경우 **굵는 것이** 좋은가요?

A 소화불량 증상이 있는 경우, 식사를 하지 않을 수 있는 환자도 있습니다. 특히, 식후 고통 증후군의 증상을 앓고 있는 환자는 식사를 하지 않아도 배가 고프지 않고 식사를 하면 더부룩하면서 포만감이 심하기 때문에 식사를 하지 않을 수 있습니다. 하지만 이러한 경우에 한 번 정도 식사를 거르는 것은 상관없지만, 습관적으로 식사를 거르면 영양 불균형 상태가 초래되어 전신 상태에 영향을 미치게 되므로 궁극적으로는 손해가 됩니다. 따라서 소화불량이 있을 경우 무조건 굵는 것이 좋다고 할 수는 없습니다.

Q 소화불량 환자는 **죽 같은 무른 음식**을 먹는 것이 바람직한가요?

A 식후 포만감, 식후 통증 등 소화불량 증상이 있는 환자에게 물, 흰 죽, 무자극의 물김치 등만 먹으라고 하는 경우가 있습니다. 물론, 위에서의 배출기능면에서 보면 물이나 죽 등의 유동식은 위에서의 배출이 훨씬 빠르지만, 배출기능과 무관하게 증상이 발생하는 경우가 대부분이므로 단순히 유동식을 권하는 것은 바람직하지 않습니다. 또한, 위산에 대한 과감각 측면에서 보면 먹는 음식의 양이 많거나 위배출을

지연시키는 음식을 섭취하였을 경우 증상이 악화될 가능성이 있으나, 위산의 양이 문제가 아니라 위산에 대한 위장관(식도나 십이지장 등)의 과민반응이 문제이므로 음식물의 종류와 무관할 가능성이 많습니다. 결론적으로 음식의 종류가 증상의 발생에 영향을 줄 수 있으나 치료적인 측면에서는 효과가 적을 것으로 판단되므로 자신이 좋아하는 음식을 제한할 이유가 없습니다.

Q 운동을 열심히 하면 소화불량 증상이 치료가 되나요?

A 적당한 유산소운동은 우리 체내의 순환을 좋아지게 합니다. 아울러, 운동을 통하여 심리적으로 안정감을 가질 수 있어 소화불량 증상의 호전에 도움을 줄 수 있을 것입니다. 그러나, 지나친 육체적 운동은 우리 몸의 혈액공급 측면에서 불균형을 초래하여 오히려 소화불량 증상을 악화시킬 수도 있습니다. 즉, 지나친 운동으로 대부분의 혈액을 근육으로 보내게 되면 내장으로 공급되는 혈액이 상대적으로 감소하고, 이 상태가 지속되면 일시적인 허혈성 변화를 초래하여 위장점막의 방어기전에 문제가 발생할 수 있습니다.

출처 : 질병관리청 국가건강정보포털

복약지도

소화불량

1. 위장약 선택

현재 복용 약물에 위장약이 있는지 확인합니다. 비슷한 작용의 약을 중복해서 복용하거나 효과를 떨어뜨리는 약을 선택하지 않도록 합니다.

2. 소화제

- 1) 소화제에는 소화효소제, 가스제거제(시메티콘, 디메티콘), 담즙분비 촉진제(우르소데옥시콜산) 등이 함유되어 있습니다.
- 2) 소화제와 함께 복용하면 효과가 감소하는 당뇨약이 있으므로 약사에게 복용 약을 확인 합니다.
- 3) 소화제를 씹으면 입안 점막에 해로울 수 있으므로 씹지 말고 물과 함께 삼킵니다.
- 4) 제산제가 들어 있는 소화제는 철분, 칼슘과 함께 복용을 피합니다.

3. 위장운동약

- 1) 위장운동약은 식전에 복용합니다.
- 2) 위장운동촉진제(도메페리돈, 이토프리드)는 위장운동을 촉진하여 더부룩한 느낌, 토할 것 같은 소화불량 증상을 개선합니다.
- 3) 진경제(스코폴라민)는 위장운동촉진제와 반대로 위장운동을 덜하게 하는 약입니다. 위 경련과 복통을 치료합니다.
- 4) 입마름, 변비, 소변 저류 부작용이 있는 위장약은 녹내장, 전립선비대증을 악화시킵니다.
- 5) 진통제가 들어있는 위장약이 있습니다. 다른 진통제와 중복 복용을 피합니다.

4. 제산제

- 1) 산도를 정상화해 소화불량 치료에 도움을 주며 속쓰림, 위염, 위궤양에 사용됩니다.
- 2) 액제는 정제보다 효과가 빠릅니다.

- 3) 마그네슘 제산제는 설사 부작용이 있으므로, 변비가 있는 경우 마그네슘 제산제를 복용합니다.
- 4) 고혈압, 심장병이 있을 경우는 탄산수소나트륨이 들어있는 제산제는 피합니다.
- 5) 제산제와 함께 복용하면 칼슘이나 빈혈치료제(철분)의 효과가 감소하므로 함께 복용하지 않습니다.
- 6) 제산제와 함께 복용하면 효과가 감소하는 항생제가 있습니다.

5. 소화불량을 예방하기 위한 생활습관

- 1) 규칙적으로 식사하고 지나친 음주, 지방이 많은 식사와 과식은 피합니다. 적은 양의 식사를 평소 식사보다 자주 합니다.
- 2) 충분한 식사 시간을 갖고 음식을 천천히 잘 씹어 삼킵니다.
- 3) 식후 즉시 운동이나 흥분할 일은 피합니다.
- 4) 역류하는 증상이 나타나면 과식을 피하고, 식후 2시간 동안 눕지 않는 것을 추천합니다. 또한 초콜릿, 고지방 음식, 주스, 커피, 박하 등을 피하고 자기 3시간 전부터는 음식을 먹지 않습니다.

6. 위장약은 필요한 경우에만 복용합니다.

모든 약을 복용할 때 소화장애를 걱정해서 미리 위장약을 복용할 필요가 없습니다. 약의 종류가 많아 오히려 약효를 감소시키고 부작용이 나타날 수 있기 때문입니다.

7. 병원 방문

소화장애가 계속되거나 나빠지는 경우, 40세 이상으로 만성 소화불량이 있고 복통, 삼키기 어려움, 출혈, 체중 감소 등이 나타나면 병원을 방문해서 다른 병이 있는지 확인합니다.



교수 정경혜

정경혜교수(중앙대 약대학 교수/약학박사)는 이화여자대학교 약학대학을 졸업했으며 한국약학교육협의회 약국실무실습위원장과 한국약사교육연구회(KCPE) 회장을 역임했다. 미국 Pharmacotherapy specialist(BCPS)이기도 하다.



탄수화물부터 단백질, 지방까지! 탄.단.지 모든 소화엔 웨스탈

소화가 안될때, 약이 필요합니다.

NEW



5가지 복합성분을 함유한
종합 소화제

소화에 작용하는
고단위 소화효소* 함유
(*판크레아틴)

웨스탈® 슈퍼자임®의

빠르고, 강력한 소화력, 이제 근거로 말할 수 있어요

현대인의 최신 식습관에 맞춰 더욱 빠르고 강력해진 소화력¹

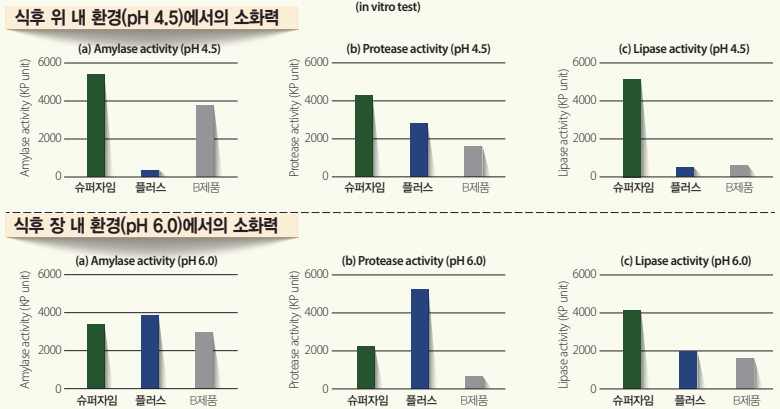


Fig. 1* Digestive enzyme activities of Superzyme and commercial products at pH 4.5 and pH 6.0 The digestive enzyme activity of the developed tablet (Superzyme) and commercial products (Festal plus and B제품) were measured at the pH condition (PH 4.5) of the stomach after a meal and the pH condition (pH 6.0) of the upper small intestine after a meal

* The digestion test measures the activity of digestive enzymes on starch, protein, and fat in raw materials and products according to the KP method. pH buffers of pH 4.5, 6.0, 7.0, 8.0, and 9.0 conditions are specified in the KP

5가지 복합 성분을 함유한 종합소화제로 현대인의 복잡한 소화불량 케어(5 in 1)

소화효소

디아스타제 프로테아제 셀룰라제 리파제 프로자임

지방 단백질 소화력 강화 / 비동물성 성분의 발효효소 함유

건위

당약가루
위의 기능을 촉진하여
속을 편안하게

NEW



제산

산화마그네슘
위산을 중화시켜쓰린 속을 보호

점막수복²

수용성 아줄렌
약해진 위장 점막 보호

가스제거

시메티론
소화불량으로 생기는 더러운 가스 제거까지

Ref 1. Hyun Jung, Park. Development and evaluation of a digestive domulation using a microbial enzyme for treatment of dyspepsia. Journal of Pharmaceutical Investigation, In press.

2. Allison Brayfield, BPharm, MRPharms, Martindale The Complete Drug Reference 38th Edition, Pharmaceutical Press, 2014.



위점막보호

위운동
촉진

소화불량

위산 중화

가스제거

다양한 소화불량을
5종 복합 성분으로
한 번에



EAT'S OK 웨스탈 슈퍼자임

“소화불량 상황과 증상에 맞춰 선택하세요”

— Since 1958 **웨스탈**® 주요 라인업 —

NEW

[일반의약품]
웨스탈® 슈퍼자임.
5가지 복합성분을 함유한
종합 소화제



[일반의약품]
웨스탈® 플러스정
고함량 판크레아틴 함유로
탄, 단, 지 모든 소화엔,



[안전상비의약품]
웨스탈® 골드/플러스정
늦은 저녁, 공휴일 등
급하게 체했을 땐





식품의약품안전처

※ 이 책에 실린 글과 그림, 사진, 내용을 포함한 제반 사항은
저작권자와 협의 없이 무단 전재 및 복제를 금합니다.