

## 약제의 부작용 완화법 ②

# 피부질환

세상 모든 만물이 양면성을 지니고 있듯 약제 또한 마찬가지. 즉, 약제도 복용했을 시 우리 몸에 이롭게 작용하는 성분이 있다면, 개인의 체질, 복용량의 과량 등의 차이로 인해 부작용을 동반하기도 한다. 그 일례로 지난 호에서는 손·발이 저린 현상을 다뤘다면, 이번 호에서는 피부질환에 대해 알아보려고 한다.



‘결핵’ 환자 유병률이 청소년은 물론 최근 20~30대 젊은 층을 중심으로도 꾸준히 증가 양상을 보이고 있다. 전문가 견해에 따르면, 과거에는 영양부족이 발병의 원인으로 작용했다면, 지금은 스트레스나 무리한 다이어트, 과로가 신체 방어능력을 저해해 결핵 유병률에 새로운 원인으로 작용한 까닭이다. 그런데 문제는 여기에만 국한된 것이 아니다. 결핵은 환자들이 약을 잘 먹으면 완치가 가능한데도 약을 기피한다는 사실이다. 그리고 기피하는 이유로 꼽히는 것이 약 복용 후 나타나는 부작용이다. 이와 같은 사실은 비단 결핵 약제에 대해서만은 아니다.

우리는 약제의 부작용에 대해 먼저 알아둘 필요가 있는데, 통상적인 부작용은 적정 용량을 넘겼거나 용량 의존적인 중독 작용일 경우, 혹은 알레르기나 특이체질 등의 경우에 초래된다. 더욱 중요한 사실은, 부작용은 생체에 유해한 작용만 하는 것이 아니라 유용한 작용도 함께한다는 점이다. 즉, 앞서 설명하였듯이 양면성을 지니고 있다. 그 일례가 바로 지금부터 설명할 피부질환 출현이다.

여러 가지 피부질환 사례와 함께 증상별로 어떠한 완화법이 있는지 살펴보기에 앞서, 먼저 복용 중인 1차 약제들 가운데 어떤 약제가 피부질환과 관련이 있으며, 주의사항은 또 무엇인지 살펴보자.

결핵 판정을 받은 환자들은 1차 약제로 4종류의 항결핵제 즉, 유한진(=아이나), 리팜핀(=리보텍스), 마이암부톨(=에탐부톨), 파라진아미드를 처방받게 돼 있다. 보고된 바에 따르면, 이들 약제 가운데서도 특히 유한진이 반점, 파라진아미드가 홍조나 피부가 검붉게 변하는 증상을 유발한다고 한다. 이제 각 증상별 대응책은 무엇이 있는지 알아보자.

## 두드러기, 발진, 반점 등 전신에서 이상 증상들이 보인다?

가려움, 발진, 두드러기 등의 피부발진은 주로 치료 초기에 나타나지만, 치료 중간에도 나타날 수 있다. 증상이 심하지 않은 경우 대부분 항히스타민제와 같이 알레르기 반응을 억제하는 약을 같이 복용해 봄으로써 증상의 호전을 기대할 수 있다. 그런데 항히스타민제는 일시적으로 증상을 완화할 수는 있지만, 줄음 유발이라는 부작용을 종종 동반한다. 무엇보다 과량 사용 시 중추신경계 억제 및 녹내장, 전립선 비대 등 부작용이 증가하므로 각별한 주의가 요망된다. 피부반응이 심한 경우엔 담당 의사와 상담을 통해 원인 약제를 찾아서 빼거나 다른 결핵약으로 변경해서 치료를 계속하도록 한다.

한편, 가려움이나 발진, 두드러기를 일정 기간 이상 방치할 경우, 개인에 따라 만성피부질환이나 아토피 등 제2차 피부질환을 유발할 수도 있으니 되도록 초기에 치료토록 하자. 그리고 최근에는 유산균이 몸속에 쌓인 독소를 빼내면서 면역력 강화는 물론 피부반응에도 효과적이라는 연구 결과가 잇따라 발표되고 있으니 김치 유산균과 같은 식물성 유산균을 섭취할 것을 권한다. 우리 몸 안팎으로 변화를 잘 읽어, 몸속을 다스려가며 피부 보습 또한 적절히 유지해갈 때 피부반응 또한 빠른 호전을 보일 것이다.

## 안면홍조, 여드름이 나고 피부가 검어졌다?

안면홍조의 경우, 흔히 약제(약물) 오남용으로 찾아오는 증상이다. 복용한 약제는 피부 속에서 혈관을 수축 혹은

확장하게 시키는데, 약물이 피부 속에 누적될 경우 독소가 쌓여 발그레하게 상기된다. 여드름 또한, 결핵약에 의해 피부가 빛에 민감해져서 생기게 된다.

이때 우선, 여드름을 악화시킬 수 있는 요인들을 자제하거나 차단하도록 한다. 가령, 기름진 음식 혹은 맵고 뜨거운 음식을 섭취하거나 무리한 운동, 모공을 밀폐시키는 화장품 사용, 자외선 등이다. 자외선은 혈관을 지지하는 탄력섬유를 파괴해 모세혈관을 확장한다. 잦은 사우나나 심한 마사지도 피하는 것이 좋다. 다음으로 햇빛에 노출되는 부위를 옷, 모자 등으로 가려주면 그 정도를 줄일 수 있다. 한편, 이들 부작용은 경미한 부작용이고 치료를 종결하고 결핵약의 복용을 중단하면 회복되므로 이 때문에 결핵약을 바꿀 필요는 없다.

결핵 치료를 받는 환자들은 일단 약물치료를 시작하면 1개월 내 전염력이 소실되고 나머지 5개월도 꾸준히 약을 먹으면 낫는다. 그렇다면 손 치더라도 약의 부작용이라 볼 수 있는 반응이 찾아온 경우, 임의로 판단하여 약을 중단할 것이 아니라 그 즉시 전문병원을 찾아가 진단을 받고 적절한 대응책을 마련하도록 해야 할 것이다.

특히나 결핵의 경우 규칙적인 복용이 이뤄지지 않을 경우 다제내성결핵으로 발전할 가능성이 커져 더욱 유념해야 한다. 정부가 지난 5월부터 감염성 결핵 환자들이 약을 제대로 복용하는지 직접 확인하는 등 결핵 환자 관리에 적극 나서기로 한 것도 바로 이 때문이다. 우리가 흔히 하는 실수 중 하나가 스스로 판단하고 결론을 내리는 것이다. 하지만 이는 선부른 판단으로 자칫 '가래로 막을 것을 호미로 막는' 격이 된다.

‘인생 앞에 홀로 선 젊은 그대에게, 『아프니까 청춘이다』의 저자, 김난도 교수는 책을 통해 ‘작심삼일 당연하다, 삶의 방식이란 결심이 아니라 연습이니깐’이라고 말하기도 했다. 자신에 대해선 자기 자신이 가장 잘 안다지만, 때론 건강과 직결되는 상황에서 전문의와 상담을 통하는 방식을 통해 자신과의 싸움을 이겨나가는 노력이 절실히 요구된다. †

‘우리 모두 작은 소망을 하나둘씩 갖고 산다. 테니스를 잘 쳤으면, 플루트를 잘 불었으면, 혹은 일본어를 할 수 있었으면…… 막연히 생각만 해왔던 소망도 1-1 원칙만 실천할 수 있다면 그것은 상상 속의 꿈이 아니다. 꾸준함의 힘처럼 무서운 것은 없다.

- 책 『아프니까 청춘이다』 중, 김난도 교수 저