



" 설사, 어떻게 해결할까요? "

◆ ‘의약품 안전사용 매뉴얼’은 안전하고 효과적인 의약품이 적절한 품질을 확보하고 국민에게 공급될 수 있도록 의약품 안전관리를 책임지는 식품의약품안전청에서 일반 국민이 실생활에서 의약품을 안전하고 올바르게 사용하는 방법을 쉽게 이해하고 실제 실행에 옮길 수 있도록 다양한 주제로 직접 커뮤니케이션하는 시리즈 정보입니다. 이 자료는 식품의약품안전청 온라인 복약정보방(<http://medication.kfda.go.kr>)에서도 다운로드받으실 수 있습니다.

설사는 일반적으로 배변 횟수와 변에 포함된 수분의 양이 비정상적으로 증가된 것으로, 발열, 복부경련, 구토를 동반할 수 있습니다. 증상의 지속기간에 따라 급성과 만성으로 나눌 수 있으며, 1개월 이상 지속되는 경우를 만성설사라고 할 수 있습니다.

급성설사의 대부분은 세균, 바이러스 등에 의한 감염성 설사이고, 설사로 인하여 전해질(나트륨, 칼륨과 같이 물 등에 녹아 이온으로 해리되는 물질로, 인체의 세포 내·외에 존재하면서 생명유지에 중요한 역할을 함)과 수분의 손실이 발생하므로 적절한 수분과 전해질 보충이 중요합니다.

여름철에는 자주 손을 씻고 모든 음식은 가급적 익혀서 먹도록 하며, 특히 여행지에서는 생수를 사서 먹는 등 설사 예방을 위하여 각별한 주의가 필요합니다.

설사로 인한 수분과 전해질 보충 외에 설사 증상을 완화시키는 방법으로 지사제(한자로는 “설사를 멎게 약”이라는 뜻으로, 통상 설사 증상을 완화시키는 약)를 사용할 수 있으며, 지사제로는 약물의 작용 방식에 따라 장운동 억제제, 살균제, 수렴제, 흡착제, 정장제 등이 있습니다. 또한, 설사의 원인에 따라 적절한 항생제를 사용하기도 합니다.

그러나 혈변·흑색변이 나오거나, 열이 있거나 대변에 점액이 묻어나오는 경우에는 지사제 복용 외에 정확한 원인을 찾아 다른 적절한 처치가 필요할 수도 있으므로 반드시 의사나 약사와 상의하도록 합니다.

또한, 지사제 복용 후에도 설사 증상이 지속된다면, 의사 또는 약사와 상의하도록 합니다.



설사란 무엇인가요?

📖 설사는 장에서의 흡수와 분비 조절의 불균형, 대장 운동과 감각기능 변화로 배변 횟수와 변에 포함된 수분의 양이 비정상적으로 증가된 것으로, 발열, 복부경련, 구토를 동반할 수 있습니다. 지속기간에 따라 급성과 만성으로 나눌 수 있으며, 1개월 이상 지속되는 경우를 만성설사라고 할 수 있습니다.



설사의 원인은 무엇인가요?

📖 급성설사의 경우 대부분이 세균, 바이러스 등에 의한 감염성 설사이고, 설사로 인하여 전해질과 수분의 손실이 발생하므로 적절한 수분과 전해질 보충이 중요합니다. 이외에 약물 투여나 독성물질 노출, 식사 등이 급성설사의 원인이 될 수 있습니다.

📖 만성설사의 경우 대부분이 비감염성이며, 약물에 의하거나 소화장애, 장질환 등 다양한 원인이 있을 수 있습니다. 만성설사 중 흔히 알려져 있는 질환의 예는 아래와 같습니다.

- 유당불내증(장점막의 유당분해효소가 결핍되어 유당을 함유하는 음식 또는 의약품을 복용할 경우에 유당이 분해되지 않은 채로 하부 장관으로 보내져 설사가 나타남)의 경우에 가스, 복부팽만과 함께 설사가 발생할 수 있습니다.
- 과민성 장증후군 환자의 경우에도 설사가 나타날 수 있으나, 이 경우에는 대부분 변비 또는 설사가 나타나는 배변양상의 변화와 더불어 복부 불편감이나 복부 통증을 동반합니다.



여행지에서 나타날 수 있는 설사와 이를 예방하기 위한 방법은 무엇일까요?

📖 여행지에서는 주로 비위생적인 식수 또는 오염된 음식물에 의한 급성설사가 나타날 수 있습니다.

📖 이를 예방하기 위한 방법은 다음과 같습니다.

- 모든 음식은 익혀서 먹습니다.
- 여행지에서는 얼음이 들어간 음료수나 물 보다는 가급적 끓인 물이나 포장된 생수를 먹습니다.
- 손을 자주 씻습니다.



설사 증상이 나타날 경우 어떻게 해야 할까요?

- 📖 설사 치료에 가장 기초가 되는 것은 **수분과 전해질을 보충**하는 것입니다. 가정에서 할 수 있는 방법으로는 보리차를 자주 마시거나 또는 경구용(입으로 복용할 수 있는) 전해질 보급제를 복용하는 것입니다. 또한, 설사를 악화시킬 수 있는 카페인 함유 음료, 조리하지 않은 날 음식, 자극성이 강한 음식물 섭취를 피하도록 합니다.
- 📖 설사의 원인이나 증상 정도에 따라 지사제, 항생제 등 적절한 약물의 사용이 필요할 수 있습니다.
- 📖 그러나 **혈변·흑색변이 나오거나, 열이 있거나 대변에 점액이 묻어나오는 경우에는 지사제 복용 외에 정확한 원인을 찾아 다른 적절한 처치가 필요할 수도 있으므로 반드시 의사나 약사와 상의**하도록 합니다.



지사제에는 어떤 종류가 있으며, 우리 몸에서 무슨 역할을 하나요?

- 📖 지사제는 약물의 작용에 따라 장운동 억제제, 살균제, 수렴제, 흡착제, 정장제 등이 있습니다.
- 📖 **장운동 억제제**는 장관의 운동을 감소시키는 약물로 로페라미드, 리다미딘 등이 있습니다.
- 📖 **살균제**는 균을 억제하거나 없애는 약물로 크레오소트, 아크리놀, 베르베린 등이 있습니다.
- 📖 **수렴제** 또는 **흡착제**는 각각 국소적인 수렴작용, 장내독소나 미생물을 흡착하거나 장점막을 피복하는(덮는) 작용을 가지고 있으며, 비스무트, 카올린, 디옥타헤드랄스멕타이트 등이 있습니다.
- 📖 **정장제**는 장에서 번식하여 병원균의 증식을 억제하고 정상세균총의 증식을 촉진하는 것으로 유산균 등이 있습니다.
- 📖 다만, 지사제는 설사의 원인 치료 보다는 일반적으로 증상을 개선시키는 대증요법제가 대부분이므로 **증상이 개선되지 않을 경우 장기간 사용하기 보다는 의사 또는 약사와 상의**하도록 합니다.



로페라미드 제제는 어떻게 복용해야 하나요?

- 📖 로페라미드 제제는 로페라미드 성분만으로 된 단일제, 로페라미드에 베르베린, 아크리놀 등을 추가한 복합제가 있습니다.
- 📖 로페라미드 단일제는 의사의 처방을 받아야하는 전문의약품으로 분류되어 있으며, 그 용법·용량은 다음과 같습니다.
 - **성인** : 급성설사의 경우 처음에는 로페라미드 4mg을 복용하고, 이어서 묽은 변이 있을 때마다 2mg을 추가 복용하며, 1일 16mg 이상 복용하지 않습니다.
만성설사의 경우 처음에는 로페라미드 4mg을 복용하고, 설사가 치료될 때까지 묽은 변이 있을 때마다 2mg을 추가 복용하며, 1일 16mg 이상 복용하지 않습니다.
 - **9~12세의 어린이** : 처음에는 로페라미드 2mg을 복용하고, 이어서 묽은 변이 있을 때마다 2mg을 추가 복용하며, 1일 6mg 이상 복용하지 않습니다.
- 📖 로페라미드 복합제는 대부분 캡슐제이며, 약국에서 구입 가능한 일반의약품으로 용법·용량은 다음과 같습니다.
 - **성인** : 1회 2캡슐(1캡슐 중 로페라미드 0.25mg), 1일 2회 복용하며, 설사가 멈추면 복용하지 않고 복용간격은 4시간 이상으로 합니다.



로페라미드 제제의 부작용이나 복용할 때 주의할 점은 무엇인가요?

📖 로페라미드의 부작용으로는 알레르기 증상(예, 발진, 발적(충혈되어 붉어짐), 가려움 등)이나 변비, 어지러움, 목마름, 복부팽만, 복부경련, 구역, 구토, 두통, 복통이 나타날 수 있습니다.

📖 이 약의 복용 시 일반적으로 주의하여야 할 사항은 다음과 같습니다.

- 정해진 용법·용량을 지켜야 합니다.
- 복용 시에는 술을 마시지 않아야 합니다.

📖 이 약의 복용 중 다음과 같은 경우에는 복용을 중지하고 의사 또는 약사와 상의하도록 합니다.

- 이 약의 복용에 의해 알레르기 증상(예, 발진, 발적, 가려움 등)이 나타나는 경우
- 급성기의 격렬한 설사의 경우 또는 구역, 복통, 복부팽만 등의 증상을 수반하는 설사의 경우
- 2일간 복용해도 증상의 개선이 보이지 않을 경우



크레오소트 제제는 어떻게 복용하며, 사용 시 주의할 점은 무엇인가요?

📖 크레오소트 제제는 크레오소트에 베르베린, 아크리놀 등을 추가한 복합제가 있으며, 제형으로는 정제, 환제가 있습니다.

📖 크레오소트 복합제는 허가된 용법·용량에 따라 복용하도록 하며, 어린이가 복용할 경우에는 보호자의 지도·감독 하에 복용하도록 합니다.

📖 이 제제 중 베르베린이 함유된 경우, 임부, 수유부, 신생아는 복용하지 않도록 합니다.

📖 부작용으로는 식욕부진, 위부불쾌감 등이 나타날 수 있습니다.

📖 이 약의 복용 시 일반적으로 주의하여야 할 사항은 다음과 같습니다.

- 정해진 용법·용량을 지켜야 합니다.
- 1주 이상 계속하여 복용하지 않습니다.
- 7세 이하는 복용하지 않습니다.

📖 이 약의 복용 중 다음과 같은 경우에는 복용을 중지하고 의사 또는 약사와 상의하도록 합니다.

- 수일간 복용해도 증상의 개선이 보이지 않을 경우



디옥타헤드랄스펙타이트 제제는 어떻게 복용해야 하나요?

📖 디옥타헤드랄스펙타이트 단일제는 일반의약품으로 분류되어 있으며, 현탁제로서 용법·용량은 다음과 같습니다.

- 성인 : 1회 20mL씩 1일 3~4회 복용합니다. 급성설사의 초기치료에 1일 용량을 두 배로 증량할 수 있습니다.
- 어린이 : 다음의 용법·용량에 따라 복용하도록 합니다.

< 디옥타헤드랄스펙타이트 현탁제 복용량 >

연령	용법·용량
6개월 이하	1회 10mL 씩 1일 2회
6개월 - 5세	1회 10mL 씩 1일 3회
5세 이상	1회 20mL 씩 1일 2 - 3회



디옥타헤드랄스펙타이트의 부작용이나 복용할 때 주의할 점은 무엇인가요?

📖 디옥타헤드랄스펙타이트의 부작용으로는 변비가 발생하거나 심해지는 경우가 있으나, 복용량을 줄이면 증상은 개선됩니다.

📖 이 약의 복용 시 일반적으로 주의하여야 할 사항은 다음과 같습니다.

- 정해진 용법·용량을 지켜야 합니다.
- 어린이에게 투여할 경우에는 보호자의 지도, 감독 하에 복용하도록 합니다.
- 다른 약물과 같이 사용할 경우 다른 약물의 흡수에 영향을 미칠 수 있으므로 시간 간격을 두고 복용하도록 합니다.

📖 이 약의 복용 중 다음과 같은 경우에는 복용을 중지하고 의사 또는 약사와 상의하도록 합니다.

- 수일간 복용해도 증상의 개선이 보이지 않을 경우



비스무트 제제는 어떻게 복용해야 하나요?

- 📖 비스무트 제제는 비스무트 성분만으로 된 단일제, 비스무트에 베르베린 등을 추가한 복합제가 있으며, 제형으로는 정제, 캡슐제가 있습니다.
- 📖 비스무트 단일제(비스무트차살리실산염)의 용법·용량은 다음과 같습니다.
 - 성인 및 12세 이상의 청소년이 복용하며, 30분 또는 1시간 간격으로 1회 2정 (1정 중 비스무트차살리실산염 262mg)을 복용하며, 1일 최대 8회(16정) 복용합니다.
- 📖 비스무트 복합제는 허가된 용법·용량에 따라 복용하도록 하며, 어린이가 복용할 경우에는 보호자의 지도·감독 하에 복용하도록 합니다.



비스무트 제제의 부작용이나 복용할 때 주의할 점은 무엇인가요?

- 📖 비스무트차살리실산염과 같이 비스무트 제제가 살리실산을 포함하고 있는 경우에는 아스피린과 같은 살리실산 성분에 과민증이 있는 사람, 수두나 독감을 앓고 있거나 회복 중인 어린이 또는 청소년은 복용하지 않도록 합니다.
- 📖 부작용으로는 비스무트 제제 중 살리실산이 포함된 경우 다른 살리실산 제제(예, 아스피린 등)와 같이 사용할 경우 귀울림 증상이 나타날 수 있습니다. 비스무트 제제 투여로 변이나 혀가 검게 될 수는 있으나 이러한 상태는 일시적인 증상으로 해롭지 않으니 안심하셔도 됩니다.
- 📖 이 약의 복용 시 일반적으로 주의하여야 할 사항은 다음과 같습니다.
 - 정해진 용법·용량을 지켜야 합니다.
 - 복용 시에는 술을 마시지 않아야 합니다.
- 📖 이 약을 복용하기 전 다음과 같은 경우는 의사 또는 약사와 상의하도록 합니다.
 - 고령자, 임부와 수유부, 항혈액응고제, 당뇨병치료제, 통풍치료제, 관절염치료제를 복용 중인 환자, 위·십이지장궤양이 있는 환자
- 📖 이 약의 복용 중 다음과 같은 경우에는 복용을 중지하고 의사 또는 약사와 상의하도록 합니다.
 - 이 약의 복용에 의해 알레르기 증상 (예, 발진, 발적, 가려움 등)이 나타나는 경우
 - 급성기의 격렬한 설사의 경우 또는 구역, 복통, 복부팽만 등의 증상을 수반하는 설사의 경우
 - 수 회 투여 시에도 증상의 개선이 보이지 않을 경우



정장제는 어떻게 복용하며, 사용 시 주의할 점은 무엇인가요?

- 📖 유산균 등 정장제는 허가된 용법·용량에 따라 복용하도록 하며, 어린이가 복용할 경우에는 보호자의 지도·감독 하에 복용하도록 합니다.
- 📖 이 약의 복용 시 일반적으로 주의하여야 할 사항은 다음과 같습니다.
 - 정해진 용법·용량을 지켜야 합니다.
 - 어린이에게 투여할 경우에는 보호자의 지도, 감독 하에 복용하도록 합니다.
- 📖 이 약의 복용 중 다음과 같은 경우에는 의사 또는 약사와 상의하도록 합니다.
 - 2주~1개월 정도 투여하여도 증상의 개선이 보이지 않을 경우
- 📖 3개월 미만의 영아가 정장제를 복용하기 전에는 의사 또는 약사와 상의하도록 합니다.



지사제는 어떻게 보관해야 하나요?

- 📖 어린이의 손이 닿지 않는 장소에 보관하도록 합니다.
- 📖 직사광선을 피하고 습기가 적은 서늘한 곳에 보관하도록 합니다.
- 📖 잘못된 사용을 막고 품질의 보존을 위하여 다른 용기에 바꾸어 넣지 않도록 합니다.



식약청에서 허가한 지사제는 어디서 확인할 수 있나요?

- 📖 식품의약품안전청에서 허가한 지사제는 '이지드럭' 사이트(<http://ezdrug.kfda.go.kr>) 정보마당 > 의약품등 정보 > 제품정보 조회에서 확인할 수 있습니다.

📌 의약품 안전사용 매뉴얼 ② - 설사

발행부서 : 식품의약품안전청 소화계약품과

식품의약품안전청 종합상담센터 1577-1255

온라인 복약정보방 <http://medication.kfda.go.kr>

발행일 : 2010. 8. 6

식품의약품안전청 www.kfda.go.kr

의약품 허가정보 조회 이지드럭 <http://ezdrug.kfda.go.kr>