

증상에 따른

가정 상비약

순서

- 개요
- 기능성 위장장애
- 두통, 만성통증
- 감기약

개요

- ◆ 상비약

증상은 있지만 기질적 원인이 없는 상태의 신체 증상에 대한 치료제

- ◆ 원인이 되는 생활습관 교정과 함께, 단회 사용을 목표로 하는 것이 적절
- ◆ 질병을 시사하는 증상 확인
- ◆ 6-12 개월 간격으로 정리

I. 기능성 위장장애 (기능성 소화불량증)

◆ Rome III Diagnostic Criteria

B1. 기능성 위장장애

1. 다음 중 하나 이상의 증상이 있을 때 :

- a. 식후 복부 팽만감
- b. 이른 포만감
- c. 상복부 통증
- d. 속쓰림

2. 내시경상 증상을 설명할 만한 이상이 없을 때

* the last 3 months with symptom onset at least 6 months prior to diagnosis

증상이 나타나는 원인은?



1. Gastric motility and compliance
2. Visceral hypersensitivity
3. Helicobacter pylori infection
4. Psychosocial dysfunction
5. Genetics

◆ 병원을 찾아야 할 증상 (Alarm symptoms)

- 인도하지 않은 체중감량
- 구토가 지속될 때
- 진행되는 연하장애
- 연하통
- 빈혈
- 토혈
- 복부 종괴
- 소화기계 암의 가족력
- 위암 수술한 경우
- 황달

1) 위운동 장애

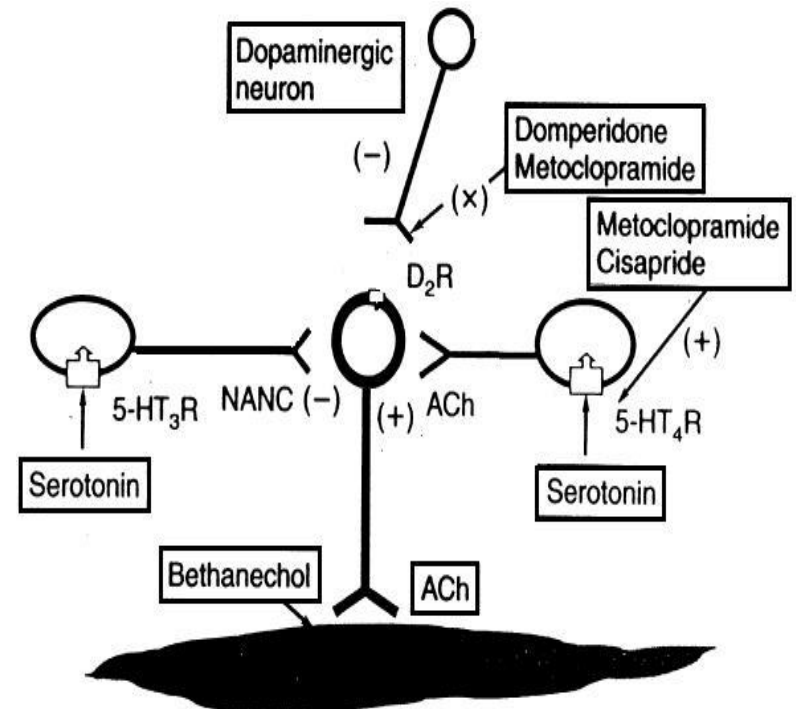
◆ Prokinetics

- D2-R antagonist

Metoclopramide, itopride, domperidone, levosulpiride

- 5HT₄-R agonists

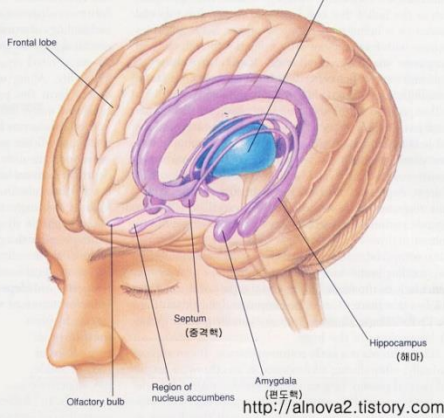
mosapride



연변계(Limbic System)

Thalamus

Frontal lobe



Septum (중격핵)

Amygdala (편도체)

Hippocampus (해마)

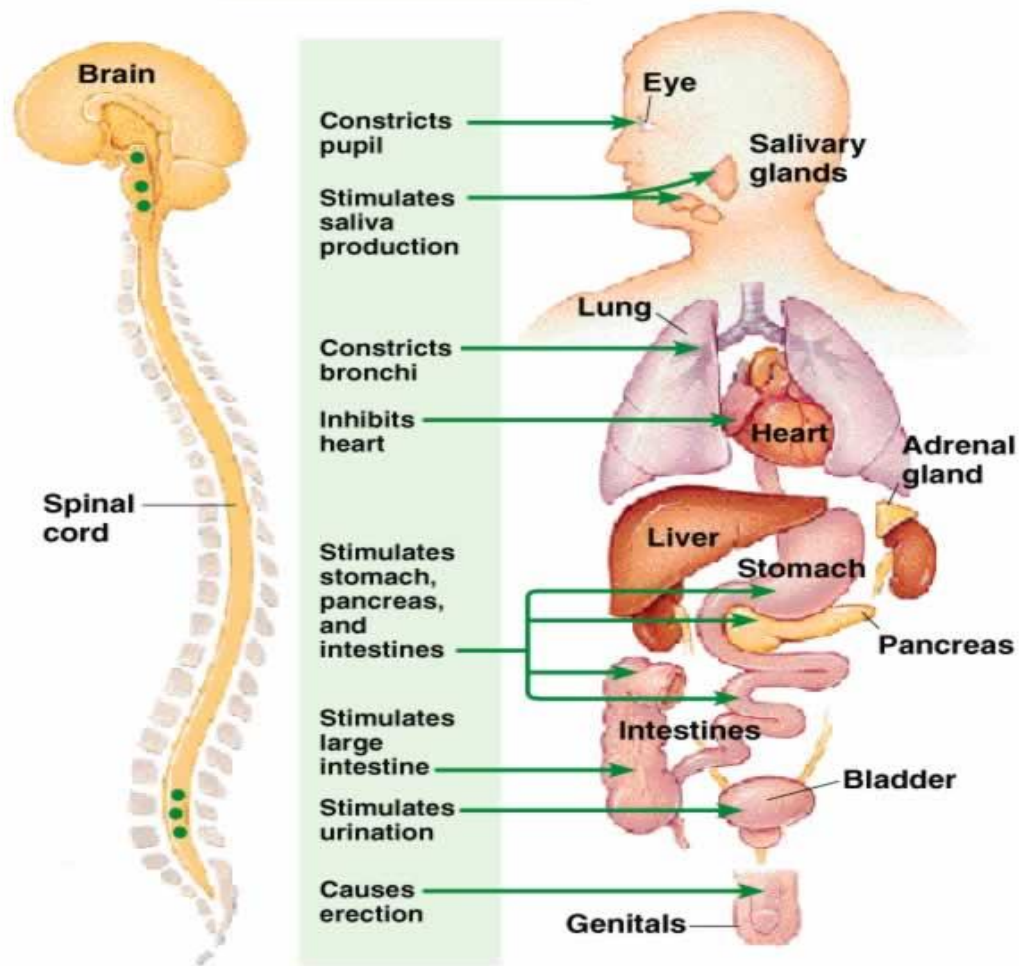
Olfactory bulb

Region of nucleus accumbens

<http://alnova2.tistory.com>

스트레스와 자율신경계의 반응

PARASYMPATHETIC DIVISION



2) 속쓰림

◆ H2-blocker

• Epigastric Pain syndrome 에 효과

Table 4. Randomized Controlled Trials of Histamine 2 Receptor Antagonists for Functional Dyspepsia

Author	Study design and ITT population	Treatment	Key findings
Gotthard et al. ³⁵	6-wk, randomized double blind; Rome criteria not used	<u>Cimetidine 400 mg b.i.d., antacid 10 ml q.i.d., vs. placebo</u>	Cimetidine was superior in relieving pain and nausea ($p < 0.01$), bloating (NS)
Hansen et al. ⁴⁶	2-wk, randomized, double blind; Rome criteria not used	<u>Nizatidine 300 mg q.d., cisapride 10 mg t.i.d., vs. placebo</u>	Global symptoms: nizatidine was not superior to placebo.
Kato et al. ⁶⁵	4-wk, randomized double blind, crossover; Rome II criteria	<u>Famotidine 20 mg b.i.d., vs. placebo</u>	Reduced pain ($p < 0.01$), indigestion, reflux symptom ($p < 0.05$)
Muller et al. ⁶⁷	4-wk, randomized, double blind; Rome criteria not used	<u>Ranitidine 150 mg b.i.d., vs. placebo</u>	Disappearance of all dyspeptic symptoms: ranitidine was superior to placebo ($p < 0.05$)
Singal et al. ⁷¹	4-wk, randomized, double blind; Rome criteria not used	Cimetidine 400 mg b.i.d., vs. placebo	Cimetidine was superior in relieving abdominal pain ($p < 0.05$)

3) 속쓰림

- ◆ **제산제**
 - 경증 환자에서 일차 치료로 고려할 수 있음
 - 부작용 : Al 포함 약제는 변비와 인산 결핍,
Mg 포함 약제는 묽은 변

II. 과민성 장증후군 (IBS)

- ◆ 기질적 이상 없이 배변습관의 변화 동반한 복통이나 복부불편감
- ◆ 스트레스 및 내장 과민성 등의 원인
- ◆ 미국 유병률: 남성 5-19% 여성 7-24%
- ◆ 한국 유병률: 남성 7.1% 여성 6.0%

임상 양상

- ◆ 만성 복통
- ◆ 배변습관 변화 - 설사, 변비
- ◆ 소화기 외 증상

II. 과민성 장증후군 (IBS)

- ◆ Gastrointestinal motility
- ◆ Visceral hypersensitivity
- ◆ Intestinal inflammation
- ◆ Postinfectious
- ◆ Alteration in fecal microflora
- ◆ Bacterial overgrowth
- ◆ Food sensitivity
- ◆ Genetics
- ◆ Psychosocial dysfunction

II. 과민성 장증후군 (IBS)

◆ **Alarm symptoms**

- 의도치 않은 체중감량
- 직장출혈
- 대장암, 대장질환의 가족력
- 빈혈

II. 과민성 장증후군 (IBS)

◆ Dietary modification

- 증상 유발하는 음식 피하기 → 12.5~67%까지 장 증상 줄인다
: 기전은 명확하지 않음
- 식이섬유
- 신체활동 늘리기

◆ Modification plan

- 일단 심해지는 음식을 먹지 않도록 한다.
- 약물로 증상을 편하게 한다.
- 이후, 약을 서서히 줄인다.
- 한가지씩 먹고 싶은 음식을 먹어보도록 한다.
- 그래도 안되면? – “타고난 능력의 한계임을 인식한다.”

II. 과민성 장증후군 (IBS)

- **항경련제**
 - 가장 자주 사용되는 약물
 - may provide short-term relief
 - GI smooth m에 직접 작용. 또는 무스카린 수용체 등을 통해 위장관의 운동능을 조절하고 복통 및 복부 불편감을 개선
 - 식후 복통, 가스 찰때

II. 과민성 장증후군 (IBS)

- 지사제
- Loperamide
변비 유발할 수 있음.

Table 3. Studies of antidiarrheals for treatment of IBS

Author	Study design and ITT population	Treatment	Key findings
Lavo et al. ⁵⁵	13-week, randomized double blind, parallel (25 IBS); Rome criteria not used	Loperamide 2-8 mg q.d. vs. placebo	Improvements in stool consistency ($p < 0.001$), pain ($p < 0.01$), urgency ($p < 0.05$) and overall response ($p < 0.03$) all vs. placebo
Hovdenak et al. ⁵⁶	3-week, randomized, double blind, parallel (58 IBS); Rome criteria not used	Loperamide 4 mg q.d. vs. placebo	Improvements in stool frequency and consistency ($p < 0.01$), fewer painful days ($p < 0.01$)
Efskind et al. ⁵⁷	5-week, randomized double blind (69 IBS; subtype not specified); Rome criteria not used	Loperamide 2-6 mg q.d. vs. placebo	Improvements in stool frequency ($p < 0.0001$) and consistency ($p < 0.01$)
Cann et al. ⁵⁸	5-week, randomized, double blind, cross-over (28 IBS); Rome criteria not used	Loperamide 2-12 mg q.d. vs. placebo	Improvements in stool frequency ($p < 0.001$) and consistency ($p < 0.01$), diarrhea ($p < 0.01$) and urgency ($p < 0.01$)

Prokinetics

Metoclopramide (Macperan 5mg tab)	\34/T
Domperidone (Motilium 12.72mg tab)	\88/T 1T tid ac
Itopride (Ganaton 50mg tab)	\201/T
Mosapride (Gasmotin 5mg tab)	\153/T

H2-blocker

Ranitidine (Curan 150mg tab)	\306/T 1T bid
Famotidine (Gaster 20mg tab)	\352/T

PPI

Omeprazole(Omed 10mg tab)	\507/T
Rabeprazole(Rabekan, Rabeone, Rabiet 10mg tab)	\678~798/T
Lansoprazole(Lanston, Lancid, Lanster 15mg tab)	\876~1070/T 1T qd -1
Esomeprazole(Esomezole, Nexium 20mg tab)	\1,025~1,431/T
Ilaprazole(Nortec 10mg tab)	\1,405/T

Laxatives - stool bulking

Psyllim (Mutacil [Ⓡ] 4g/pack)	\98/pkg 1pkg bid with meal, then adjust
Agio [Ⓡ] 6g/pack	\30/pkg qd p pc (+ qd ac)
Calcium polycarbophil (Wellcon [Ⓡ] 625mg tab)	\262/2T 2T qd~qid
Calcium polycarbophil (Sylcon [Ⓡ] 625mg tab)	\330/2T 2T qd~qid

Laxatives - osmotic

MgO (MgO 250mg tab)	\14/T 2g qd or 1g bid
MgO (Mag-O 500mg cap)	(비급여) 2g qd or 1g bid
Lactulose (Duphalac 15ml pkg)	\17/pkg 1pkg qd

Antidiarrheal agents

Loperamide (Lopamide 2mg cap)	\29/C initial 4mg -> 2mg when necessary
Diocahedral smectite (Smecta [Ⓡ] 20cc pack)	\17/pkg 1pack tid~qid
Diocahedral smectite (Sumacton [Ⓡ] 20cc pack)	\13/pkg 1pack tid~qid

Antispasmodics

Mebeverine (Duspatarin [Ⓡ] 135mg tab)	\113/T 1T tid ac
Cimetropium (Algiron [Ⓡ] 50mg tab)	\300/T 1T tid
Hyoscine (Buscopan [Ⓡ] 10mg tab)	\32/T 1~2T x3~5
Pinaverium (Dicetel [Ⓡ] 50mg tab)	\137/T 1T tid with meal, 충분한 물과 함께
Trimebutine (Polybutine [Ⓡ] 100mg tab)	\151/T 1~2T tid ac
Tiropamide (Tiropa [Ⓡ] 100mg tab)	\246/T 1T bid~tid
Tiropamide (Antimodic [Ⓡ] 100mg tab)	\198/T 1T bid~tid

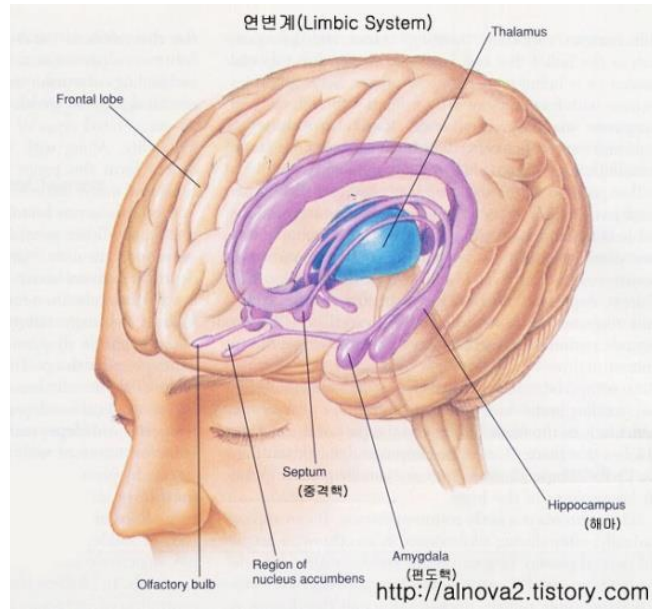
Antidepressants(TCA)

Nortriptyline(Sensival 10mg tab)	30/T 1T qd hs
----------------------------------	---------------

Antibiotics

Rifaximin (Normix 200mg tab)	\592/T 1T q6hr x 7 days
------------------------------	-------------------------

두통



3. (원발) 두통의 종류

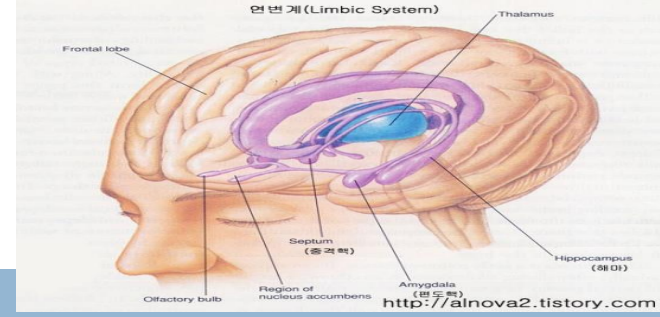
- ◆ 무조짐 또는 조짐 편두통.
- ◆ 긴장형 두통 (삼화 또는 만성)
- ◆ 군발 두통

- ◆ 만성 매일 두통.
- ◆ 약물 과용 두통.
 - ▣ 약물 과용과 관련되어 새로운 두통이 발생하거나 기존의 두통이 악화 된 경우 기존 원발 두통과 약물 과용 두통을 함께 진단. (eg. 만성 편두통, 약물 과용 두통)
 - ▣ 대부분 편두통이나 긴장형 두통에 해당.

Alarm signs

- ◆ 새로 발생한 진행성 신경 장애
(발작, 시신경 유두부종, 뇌신경 마비), 인식 수준 변화
- ◆ 뇌압 상승 의심 소견
(자다가 두통으로 깨는 경우, 발살바법으로 악화, 분출성 구토)
- ◆ 편두통의 전형적 시각적 전조와는 다른 지속적 전조
- ◆ 군발성 유형
- ◆ 50세 이후에 새로운 발생
- ◆ 갑자기 발생한 심한 두통
- ◆ 발열과 목의 경직이 같이 있는 경우
- ◆ 단측성 안구 충혈, 시력 손실, 동공반사 소실
- ◆ 암이나 두경부 외상, HIV 감염의 병력
- ◆ 기침, 운동, 성행위 후에 발생

1) 편두통



- ◆ APAP*/Aspirin/Caffeine**

** Excedrin ExtraStrength (acetaminophen, 250mg; aspirin, 250mg; and caffeine, 65mg per tablet)

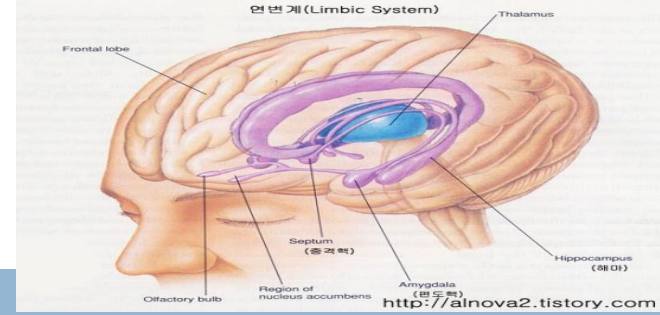
- ◆ Aspirin

- ◆ Midrin

- ◆ 소염진통제

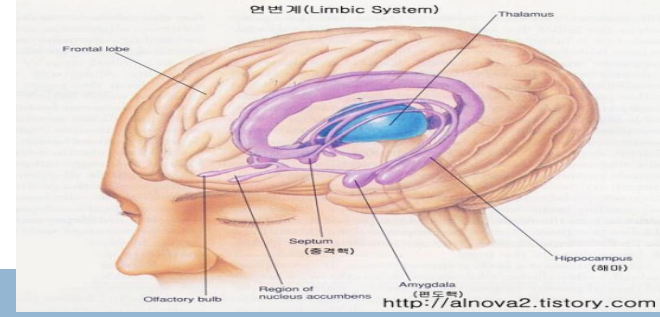
- ◆ Triptans (처방약)

2) 긴장성 두통



- ◆ Acetaminophen
- ◆ Aspirin
- ◆ 진통소염제
- ◆ Midrin
- ◆ Adjunctive therapy
 - ▣ Metoclopramide
 - ▣ Prochlorperazine
 - ▣ Promethazine
 - ▣ Caffeine

두통



대한두통학회 <http://www.headache.or.kr/>
국민건강지식센터 대부분 두통, 스스로 만든다.

종합감기약



감기

- ◆ 정의

각종 감기 virus 감염으로 발생하는 가장 흔한 질환
코막힘, 콧물, 재채기, 인후 자극 증상, 기침 등 증상

발열 등 전신증상은 경미하고 5-7일간의 이환으로 자연 치유되는 것이 보통이다.

- ◆ Enormous economic burden on society

2000만일의 결근, 1조의 경제적 손실 (미국)

감기로 인한 직접 의료비 1조 (우리나라)



Over-the-counter medications 성인에서 감기약의 효과

- ◆ **항히스타민 (Antihistamine-decongestant combinations)**
Antihistamine-decongestants were significantly more effective than placebo in one of the studies, whereas the other did not show any difference between the study groups.
- ◆ **Other drug combinations**
Two studies were effective in reducing cough symptoms, and one study showed relief at night but not during the day.
- ◆ **Antihistamines**
Antihistamines were no more effective than placebo in relieving cough symptoms.

Over-the-counter medications for acute cough in children and adults in ambulatory settings

소아에서 감기약의 효과

- ◆ 기침약
no more effective than placebo
- ◆ 진해제
The results of one trial favoured active treatment over placebo from day four until day 10.
- ◆ Antihistamine-decongestant combinations
Two studies showed no difference between antihistamine-decongestant combinations and placebo.
- ◆ Other drug combinations
One trial tested two pediatric cough syrups. Compared to placebo, both preparations showed a 'satisfactory response' in 46 per cent and 56 per cent of children compared to 21 per cent of children in the placebo group.
- ◆ Antihistamines
no more effective than placebo.

감기약

◆ Antihistamines (1세대)

효과 : 콧물, 재채기 - 항콜린효과를 통해

부작용 : drowsiness and dry mouth

2세대 항히스타민 : 항콜린 작용이 없기 때문에 중세완화에 효과가 없음

Loratadine(클라리틴), Cetirizine(지르텍), Ebastine(에바스텔)
Fexofenadine(알레그라)

- Chlorpheniramine maleate : 페니라민
- Piprinhydrinate : 푸라콩
- Mequitazine : 프리마란 시럽, 아니스틴
- Hydroxyzine : 유시락스

◆ Anticholinergics

비강 내 콧물, 재채기를 줄임

감기약

◆ Decongestants (콧물약)

주관적 증상 13% 정도 호전
장기 사용에 대한 evidence는 없음

- Oral : Pseudoephedrine, Phenylephrine
 - 액티피드 : pseudoephedrine + triplodine(antihistamine)
 - 씨러스 \186 : pseudoephedrine + cetirizine
 - 리노에바스텔 \579 : pseudoephedrine + ebastine
 - 알레그라-D \329 : pseudoephedrine + fexofenadine

감기약

◆ 해열제/ 진통소염제

두통, 근육통과 같은 진통효과 뿐 아니라 기침도 호전되었다는 연구 결과
Pseudoephedrine (콧물약) 과 함께 투여했을 때효과증대

Thanks for attention!!!

