

가슴에 불편함을 느낄 때 대처 방안

- 하던 일을 멈추고 휴식을 취합니다.
- 글리세릴 트리니트레이트 - glyceryl trinitrate (GTN) 스프레이를 한 두번 뿌리거나, GTN 알약 반알을 혀 밑에 넣습니다.
- 가슴에 불편함이 사라지지 않으면 5분 간격으로 스프레이나 알약을 반복하여 사용합니다. (최대 3회까지)

가슴에 불편함이 15분 이상 지속되면
구급차를 부릅니다.

즉시 111에 전화하십시오.

111에 곧 전화하십시오. 만약 :

- 보통 협심증에서 느끼는 것보다 통증이 아주 많이 심한 경우 (눌리고, 무겁고, 조이는)
- 통증이 어깨, 목, 턱, 팔로 번지거나
- 땀을 흘리거나, 메스꺼움, 구토, 숨이 차거나, 현기증 날 경우

현기증이 나면 누우시고, 숨이 차면 일어나 앉으십시오.

심장 마비가 올 수 있습니다.

- 단 몇 분이 중요합니다.

Classification Number: 0768-01-015
Date Issued: Dec 2007
Review Date: Dec 2009

Medications following your heart attack



What you need to know

심장 마비 이후 복용해야 할 약품
여러분이 아셔야 할 내용

목차	페이지
심장 마비 이후에 약을 복용해야 하는 이유.....	3
아스피린.....	4
베타 차단제(Beta-blockers)	6
ACE억제제(ACE Inhibitors).....	8
콜레스테롤 수치를 낮추는 약품	10
복용 가능한 다른 약품.....	12
약 복용에 관한 요령.....	13
가슴에 불편함을 느낄 때 대처방안	표지 뒷면

Designer: **Mason Ngawhika** -Te Arawa, Mataatua, Ngāi Tahu
 Maori Resource Co-ordinator - Auckland Regional Public Health
 Service

This resource is a collaboration between WDHB and ARPHS.



June 2006

약이 다르게 보이거나 이름이 바뀌었다면 어떻게 해야 하나요?

포장에 쓰인 약 이름이나 약병이 평상시와 다르거나 내용물이 달라 보이면 여러분의 약사나 의사에게 이야기 하십시오.

약 보관은 어떻게 해야 합니까?

- ◆ 약은 서늘하고 건조한 곳에 보관하십시오. 직사광선이 비치거나 욕실 같이 습기가 많은 곳에는 보관하지 마십시오.
- ◆ **아이들의 손이 닿지 않는 곳에 보관하십시오.**
- ◆ 오래된 약이나 유효기간이 지난 약은 버리십시오.
 — 여러분의 약사가 이것에 관해 알려 드릴 것입니다.

질문이 있으십니까 ?

이 책자는 여러분이 복용하는 약에 대한 모든 것을 설명해 드리지 못합니다.

약에 관해 이해가 안되거나 궁금한 사항이 있으시면 여러분의 의사, 약사, 간호사에게 문의하십시오.

다른 부작용이 있는 것 같으면 어떻게 해야 합니까?

모든 약에는 부작용이 있지만, 부작용이 모든 사람에게 생기는 것은 아닙니다. 이 책자가 모든 부작용을 설명하고 있지는 않습니다.

이 책자에 설명되지 않은 부작용이, 여러분이 복용하는 약으로 인해 생긴다고 판단되시면 의사나 약사에게 상의하십시오.

스스로 구입한 약, 한방,전통 혹은 자연산물을 먹어도 됩니까?

다른 약, 한방, 전통 혹은 자연 산물을 구입하시기 전에 약사에게 이러한 것을 먹어도 현재 복용 중인 약의 효능에 아무런 영향이 없는지 확인하십시오.

진통제로 구입할 수 있는 일부 약은(비스테로이드성 항염증 약으로 알려진) 여러분이 복용하는 약에 영향을 미치거나, 아스피린을 복용하면 출혈의 위험이 증가 할 수 있습니다.

아래 표에 명기된 약을 구입하실 때는
의사나 약사에게 문의하십시오.

일반 명칭	상표명의 예
이브프로펜 (ibuprofen)	Nurofen [®] , Brufen [®] , I-Profen [®] , Panafen [®] , ACT-3 [®] , Ibucare [®]
디크로페낙 (diclofenac)	Cataflam [®] , Flameril [®] , Voltaren [®]
나프록센 (naproxen)	Naprogenic [®] , Naprosyn [®] , Naxen [®] , Somaflam [®] , Synflex [®]
메페나믹 에시드 (mefenamic acid)	Ponstan [®]

심장 마비 이후에 약을 복용해야 하는 이유

심장 마비 이후에 여러분은 여러가지 약을 의사로부터 처방받게 될 것입니다. 이러한 약은 :

- ♥ 심장마비의 재발 가능성을 줄이며
- ♥ 심장 질환이 악화되는 것을 방지하는데 도움을 줍니다.

약은 각각 효능과 작용하는 방법이 다르기 때문에, 여러가지 종류의 약을 복용하셔야 하며, 여러가지 약을 같이 사용하였을 때 최상의 효과를 얻을 수 있습니다.

각각 다른 종류의 약들은

- ♥ 혈액을 묽게 유지할 것입니다.
- ♥ 중세가 조절되도록 도울 것입니다.
- ♥ 혈압과 심장 박동을 낮출 것입니다.
- ♥ 콜레스테롤 수치를 낮출 것입니다.

중요한 사항:

- ♥ ‘의사의 지시대료’ 제때에 잊지 않고 약을 복용하는 것이 중요합니다.
- ♥ 의사와 상의없이 약 복용을 중단하지 마십시오.



아스피린

역할?

아스피린은 여러분의 피를 묽게 하고 응혈을 감소시킴으로 심장마비의 재발 가능성을 줄여줍니다.

피를 묽게 하도록 사용되어지는 아스피린의 용량은, 여러분이 통증이 있을 때 필요로 하는 양보다 훨씬 적습니다.

다른 종류의 아스피린

가용성 아스피린 - Solprin®, Disprin®, Cardiprin®, Aspro Clear®


장용성 아스피린 - Cartia®, Aspec 75®, Heartcare Aspirin®

부작용?

심장마비 후에 사용되는 아스피린의 용량은 극히 적어서, 대부분 부작용이 없습니다.

하지만 다음과 같은 증상이 나타나면 의사에게 알려주세요.

- ♥ 위가 아프거나 통증이 있을 때 (장용성 아스피린을 복용하거나 아스피린을 음식과 같이 복용하면 이러한 증상이 호전될 수도 있음.)
- ♥ 몸에 이상한 멍이 생겼을 때

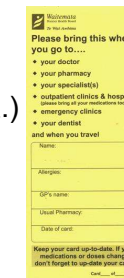
 아스피린으로 인해 다음과 같은 증상이 생기면 즉시 의사에게 전화하십시오.

- ♥ 숨이 차고 천식과 같이 숨이 헐떡거리 질 때
- ♥ 구토 - 갈색, 커피색 구토물

약 복용에 관한 요령

약을 잊지않고 복용하는데 도움이 되는 방법

- ◆ 어떤 분들은 식사시간에 약을 복용하면 잊어버리지 않고 복용하실 수 있다고 합니다.
- ◆ 약사가 특별한 팩(블리스터 팩)에 약을 넣어 줄 수 있으며, 이것이 유용할 수 있습니다.
- ◆ 알약 정리함을 사용하실 수 있습니다. (약국에서)
- ◆ 약을 복용할 때 약품 목록표를 참고하십시오. (또는 옐로우 카드 사용-의사나 약사에게 문의하세요.)




**약국이나 병원에 갈 때, 의사와 진찰시에
약품 목록이나 옐로우 카드를 지참하십시오.**



약 복용을 잊어버렸다면 어떻게 해야 하나요?

약 복용을 잊어버리지 않는 것이 중요합니다.

만약 잊어버렸다면, 가능한 빨리 복용하십시오. 그러나 한꺼번에 2회분의 용량을 드시면 안됩니다. 만약 기억난 시간이 다음 번 약을 복용할 시간 무렵이면, 잊어버린 분량은 드시지 마시고, 다음 복용 시간 까지 기다렸다가 그 분량만 복용하십시오.

효능이 오래 지속되는 약이나 서방형(약물이 천천히 방출되는)의 약을 복용하는데, 잊어버리고 약을 드시지 않았다면  약사에게 문의하십시오.

복용가능한 다른 약품

글라이세릴 트리니트레이트 - Glycerol Trinitrate (GTN)

GTN 은 협심증을 치료하기 위해 사용되어지는 nitrate 약품으로 신속히 효능을 발휘합니다. GTN은 알약(Lycinate®) 또는 스프레이 (Glytrin®, Nitrolingual®) 의 형태로 혀 밑에 주입하여 사용합니다. 이미 여러분은 의사에게 이 약을 받으셨을 것입니다.

효능이 오래 지속되는 나이트레이트(nitrates)

협심증의 발병을 예방하기 위해 효능이 더욱 오래 지속되는 nitrate 알약을 복용하실 필요가 있습니다.

이뇨제

이 약은 여러분이 화장실을 더 자주 가게 만들어, 체내 과잉 수분을 제거해 줍니다.

칼슘 채널 차단제

이 약은 혈압을 낮추며, 협심증, 심장 박동 조절에 도움을 줍니다.

스피로노락톤(Spironolactone)

이 약은 심부전증 환자에게 처방될 수 있습니다.

워파린(Warfarin)

워파린은 혈액이 응고되는 것을 방지하며, 혈액응고 방지제라고 불립니다. 클로피도그렐(Clopidogrel)과 같은 다른 혈액응고 방지제를 사용할 수도 있습니다.

이러한 약에 관해 궁금하신 점이 있으면
여러분의 약사, 의사 또는 간호사에게 문의하십시오.

피해야 할 사항

- ♥ 아스피린이 함유된 다른 약물은 복용하지 마십시오. 진통제와 감기약에 아스피린이 들어있는 경우도 있으므로, 약 구입 전에 확인하십시오.
- ♥ 진통제(비스테로이드성, 항염증 약품)로 사용되는 약 중 일부 약품은 아스피린과 같이 사용하게 되면 출혈과 위궤양을 일으킬 수 있습니다. 이러한 약에 대한 목록은 14페이지를 참조하십시오.
- ♥ 다른 약품, 전통적인 약, 자연적인 약 또는 한약을 복용하기 전에 약사나 의사에게 상의하십시오. 일부 한약에는 마늘 대용식, 은행, 생강, 인삼, 백색 버드나무, 화란 국화 등이 함유되어 있어 출혈을 일으킬 수 있습니다.

베타 차단제(Beta-Blockers)

역할?

베타 차단제는:

- ♥ 심장박동을 늦추며
- ♥ 혈압을 낮추고
- ♥ 협심증 예방에 도움을 주고
- ♥ 심장마비의 재발 가능성을 낮추고
- ♥ 심장마비 환자가 더 오래 살수 있도록 돕습니다.

베타 차단제의 흔히 사용되는 명칭

일반 명칭	상표명(s)
메토프로롤 (metoprolol)	Betaloc CR [®] , Lopresor [®] , Slow Lopresor [®]
카베디롤 (carvedilol)	Dilatrend [®]
아테노롤 (atenolol)	Lo-Ten [®]
셀리프로롤 (celiprolol)	Celol [®]
쏘타롤 (sotalol)	Sotalol [®]

베타 차단제를 처음 복용할 때

- ♥ 천식을 앓고 있으면 의사에게 알려주세요.

처음 베타 차단제를 복용할 때

- ♥ 의사는 여러분에게 **적은 용량부터** 시작하여 이후 몇 주간에 걸쳐 서서히 양을 늘리도록 할 것입니다.
- ♥ 상태가 호전되기까지 상당한 시간이 소요될 수 있으며, 간혹 몇 달씩 걸리기도 합니다..
- ♥ **의사와 상의없이 갑자기 베타 차단제 복용을 중단하지 마십시오. 위험해 질 수 있습니다.**

흔히 사용되는 약의 명칭

일반 명칭	상표명
썬바스타틴 (simvastatin)	Lipex [®]
아토바스타틴 (atorvastatin)	Lipitor [®]
베자파이브레이트 (bezafibrate)	Bezalip Retard [®] , Fibalip [®]

스타틴(Statin)을 복용하는 분들의 콜레스테롤 수치를 더욱 낮추기 위해 ezetimibe(Ezetrol[®])도 함께 처방될 수 있습니다. Vytorin[®] 알약에는 ezetimibe와 simvastatin이 함께 들어있습니다.

썬바스타틴(simvastatin) 또는 아토바스타틴(atorvastatin)을 처음 복용할 때

- ♥ 소수의 사람들은 간에 문제가 있습니다. 약 복용을 시작하기 전에 간기능 검사를 위해 혈액 검사를 하게 될 것입니다.
- ♥ **썬바스타틴(simvastatin)** 은 밤에 복용해야 효과가 **가장 좋습니다.**
- ♥ **아토바스타틴(atorvastatin)** 은 아무때나 복용하셔도 됩니다. (매일 같은 시간)

부작용은 ?

대부분의 사람들에게 부작용이 나타나지 않지만, 다음과 같은 증상이 나타나면 여러분의 의사에게 알려주세요:

- ♥ 복부 불편감/구토
- ♥ 위 통증
- ♥ 가스/설사 또는 변비
- ♥ 피부 발진
- ♥ 발기부전 (bezafibrate 복용시)
- ♥ 피곤함
- ♥ 근육통, 근육에 힘이 빠짐 - 이러한 증상이 나타나면 **약 복용을 중단하고, 의사에게 즉시 전화하십시오.**



피해야 할 사항

- ♥ 다른 약을 복용하기 전에, 여러분의 의사나 약사에게 상의하는 것은 매우 중요합니다.
- ♥ 자몽, 자몽쥬스, 자몽 마말레이드는 상기에 명시된 약 복용시 영향을 미칠 수 있습니다.

콜레스테롤 수치를 낮추는 약품 (Statins and fibrates)

역할은 ?

스타틴(Statins)과 파이버이트(fibrates)는 혈중 높은 콜레스테롤 수치를 치료하는데 쓰입니다. 이 약들은 심장마비를 겪은 분들이 오래 사실 수 있도록 도와줍니다.

‘좋은’ 콜레스테롤과 ‘나쁜’ 콜레스테롤이 있습니다.

여러분의 의사는 ‘나쁜’ 콜레스테롤 수치를 낮추기 위해 이러한 약 중 한 가지를 여러분에게 처방해 드릴 것입니다. 즉 이것은 여러분의 혈관내 벽에 지방이 덜 축적된다는 것을 의미합니다.

콜레스테롤 수치를 측정하고, 복용하는 약이 제대로 효능을 발휘하고 있는지를 알아보기 위해 때때로 혈액검사를 해야 할 것입니다. 수치가 안정될 때까지는 매 1개월 내지 3개월마다 혈액 검사를 하게 되고, 안정된 후에는 대략 6개월에 한 번 검사합니다.

여러분이 목표로 해야할 콜레스테롤 수치는

콜레스테롤 유형	이상적인 수준 (mmol/L)
총 콜레스테롤 (TC)	↓ 4 미만
LDL 콜레스테롤	↓ 2.5 미만*
HDL 콜레스테롤 (좋은 콜레스테롤)	↑ 1 초과
트라이글리세리드	↓ 1.7 미만

*여러분의 의사는 더 낮은 LDL 콜레스테롤 수치를 목표로 여러분에게 이야기할 수도 있습니다.

건강한 식사와 운동으로 콜레스테롤 수치를 더욱 낮출 수 있습니다. 여러분의 의사, 간호사나 약사가 이것에 관해 더 상세한 정보를 드릴 수 있습니다.

부작용?

처음 베타 차단제를 복용하거나 용량을 늘리게 되면, 피곤함을 느끼거나 며칠간 다른 부작용들이 나타날 수 있습니다. 이러한 부작용은 대개 서서히 사라집니다.

다음의 증상들이 나타나 문제가 되거나, 오래 지속되면 의사에게 알려주세요.

- ♥ 손발이 차다
- ♥ 어지러움증, 피곤함
- ♥ 악몽 혹은 수면 장애
- ♥ 발기부전
- ♥ 발진 또는 가려움증
- ♥ 변비
- ♥ 우울증
- ♥ 메스꺼움

일부 부작용은 심각할 수도 있으나 드문 현상입니다.

다음과 같은 증상이 나타나면 즉시 의사에게 전화하십시오.



- ♥ 천식과 같이 숨이 헐떡거리질 때
- ♥ 심장 박동이 이상하게 느리거나, 빠르거나, 쿵쿵 뛰거나 불규칙할 때

피해야 할 사항

- ♥ 다른 약을 구입하거나 복용하기 전에 항상 의사나 약사에게 상의하십시오.
- ♥ 자몽, 자몽 주스, 자몽 마말레이드는 셀리프로롤(Celiprolol -Celol) 약 복용에 영향을 미칠 수 있습니다.
-이것에 관해 약사와 상의하십시오.

ACE 억제제 (ACE Inhibitors)
(angiotensin-converting enzyme inhibitors)

역할?

ACE 억제제는 혈관을 이완시켜 혈압을 낮춰 주며, 심장마비 이후 심장이 확대되지 않도록 도와줍니다. 억제제는 심장이 회복되고 기능을 더 잘할 수 있도록 도와줍니다.

ACE 억제제의 흔한 이름

일반 명칭	상표명
셀라자프릴 (cilazapril)	Inhibace®
퀴나프릴 (quinapril)	Accupril®
캡토프릴 (captopril)	Apo-Captopril®, Capoten®, Captopril®
에나라프릴 (enalapril)	Enahexal®, m-Enalapril®, Renitec®
리씨노프릴 (lisinopril)	Prinivil®

칸데사탄(Candesartan)과 로싸탄(losartan)은 ACE 억제제와 비슷한 효과가 있지만, 작용하는 방법이 다릅니다. ACE 억제제의 부작용으로 인해 마른 기침을 하게 되면, 칸데사탄(Candesartan)이나 로싸탄(losartan)으로 약이 변경될 수 있습니다.

ACE 억제제와 이뇨제(과잉 수분 제거)가 모두 들어있는 약도 있습니다. (예 : Inhibace Plus®, Accuretic®)

ACE 억제제를 처음 복용할 때

- ♥ 특히 처음 복용할 때 어지럽고 현기증이 날 수 있습니다. 이뇨제까지 복용하실 경우 증상이 더욱 심할 수 있습니다. 천천히 일어나 침대 끝이나 의자에 먼저 앉으십시오. 시간이 지남에 따라 여러분의 몸이 약에 적응될 것 입니다.



- ♥ 의사는 적은 용량에서 시작하여 몇 주간에 걸쳐 서서히 용량을 늘려갈 것입니다.
- ♥ 신장을 체크하기 위해 정기적인 혈액검사가 필요할 것입니다. ACE 억제제 복용시 소수의 사람들에게 신장에 문제가 생기기 때문입니다.


부작용은?

모든 약에는 부작용이 있지만, 부작용이 모든 사람에게 생기는 것은 아닙니다.

ACE 억제제를 복용하면 다음과 같은 증상이 생길 수 있습니다.:

- ♥ 마른 기침
- ♥ 어지러움증 또는 현기증
- ♥ 입맛의 변화 (드물게 나타남)
- ♥ 발진 (드물게 나타남)
- ♥ 메스꺼움이나 구토
- ♥ 두통

이러한 증상이 한 가지라도 나타나면 여러분의 의사에게 알려십시오. 가끔 이러한 부작용은 즉시 나타날 수도 있고, 때로는 몇 달 후에 나타날 수도 있습니다.

일부 부작용은 심각할 수도 있으나, 드문 현상입니다. 다음과 같은 증상이 나타나면 즉시 의사에게 전화하십시오. 

- ♥ 입술, 목 구멍 또는 혀가 부어오르기 시작하거나
- ♥ 열, 오한 또는 목이 아프거나
- ♥ 가슴 통증, 빠른 심장 박동, 손과 발 입술에 마비가 올 때

피해야 할 사항

- ♥ ACE 억제제는 체내 칼륨 양을 증가시킬 수 있습니다. 칼륨이 함유되어 있는 염분 대용식을 피하십시오.
- ♥ 다른 약을 구입하거나, 복용하기 전에 항상 여러분의 의사 또는 약사에게 상의하십시오.
- ♥ 진통제로 구입하는 일부 약품 중에는 ACE 억제제에 영향을 미칠 수 있는 것이 있습니다. 14페이지를 참조하십시오.