

알레르기 비염 치료제

# 항히스타민제 안전하게 사용하세요!

봄철 꽃가루가 기승을 부리면서 알레르기성 비염 치료제인 항히스타민제 사용이 증가하고 있다. 항히스타민제는 알레르기 증상을 유발하는 주요 매개체인 히스타민의 작용을 막아 콧물, 재채기 등을 완화하는 약제로 알려졌다. 알레르기 비염에 널리 사용되는 만큼 안전하고 올바른 사용방법에 대해서 알아보도록 하자.

정리 / 편집실



## 알레르기성 비염이란?

알레르기성 비염은 갑작스럽게 나오는 재채기, 맑은 콧물, 코막힘과 눈을 포함한 코 주위의 가려움증을 특징으로 하는 질환이다. 발생시기에 따라 꽃가루가 많이 날리는 봄철에 주로 발생하는 계절성과 집먼지진드기 등으로 인해 연중 발생하는 통년성으로 나뉜다.

꽃가루가 많이 날리는 계절에 비염 증상을 완화하는 방법으로는 외출을 삼가고 마스크 착용을 생활화하는 회피요법, 몸을 알레르기 항원에 서서히 노출시켜 적응하게 함으로써 더이상 항원을 항원으로 인식하지 않게 만드는 면역요법, 약물을 통해 완화하는 약물요법으로 나뉘 볼 수 있다.

약물요법은 알레르기의 주요 체내 매개체인 히스타민의 작용을 억제하는 항히스타민제, 체내 생리활성물질인 **류코트리엔**의 작용을 억제하는 류코트리엔 길항제, 코막힘과 가려움증 등의 증상을 완화하는 스테로이드제, 지속적인 코막힘 증상을 개선하는 혈관수축제 등이 있다.

## 항히스타민제 성분 및 효능·효과

항히스타민제 성분은 의사의 처방 없이 약국 등에서 쉽게 구매가 가능한 일반의약품으로 로라타딘, 세티리진, 클로르페니라민, 펙소페나딘 등의 성분으로 나뉜다. 알레르기성 비염(재채기, 코막힘, 가려움, 눈 따가움) 및 만성 특발성 두드러기에 효능·효과가 있다. 판매 형태는 정제가 대부분이나, 어린아이들이 쉽게 복용할 수 있도록 액상 시럽제도 시판하고 있다.

이외에 다른 항히스타민제 성분(슈도에페드린, 데스로라타딘 등)의 경우는, 전문의약품에 해당하기 때문에 의사의 처방에 의해서만 사용이 가능하다.

성분	효과·효능
로라타딘	알레르기성 비염(재채기, 코막힘, 가려움, 눈의 작열감), 만성 특발성 두드러기
세티리진	1. 계절성 및 다년성 알레르기성 비염, 알레르기성 결막염, 만성 특발성 두드러기, 피부가려움증 2. 습진, 피부염(하이드로코티손 외용제와 병용)
클로르페니라민	고초열, 두드러기, 소양성 피부질환(습진·피부염, 피부소양증, 약진), 알레르기성 비염, 혈관운동성비염, 코감기에 의한 재채기·콧물·기침, 혈관운동성부종, 곤충자상
펙소페나딘	알레르기 피부질환(만성 특발성 두드러기)과 관련된 증상의 완화

**항히스타민제 부작용은?**

항히스타민제를 복용하면 가려움이나 재채기, 콧물과 같은 증상이 사라지는 효과를 볼 수 있다. 하지만 히스타민은 우리 몸의 중요한 매개물질이기도 하기 때문에, 치료를 위해 지나치게 억제해서는 안 된다고 전문가들은 설명하고 있다. 항히스타민제를 장기 복용할 경우 부작용을 초래할 수도 있다는데 졸음과 어지러움, 식욕감퇴, 구토, 변비, 설사, 구강 건조, 기침, 저혈압, 빈뇨, 배뇨곤란, 시야 혼탁 등을 꼽을 수 있다.

**사용 시 주의사항**

- 항히스타민제의 대표적인 부작용 증상은 졸음으로 운전 등 정밀한 기계조작이 필요한 경우는 복용을 피하는 것이 좋다. 특히, 알코올 중추신경계를 억제하는 약물과 병용 시 졸음의 위험은 더욱 증가할 수 있다.
- 복용 전 첨부문서를 꼼꼼히 확인하는 것이 바람직하고 복용 후 심장박동 이상, 목 안쪽의 염증, 위장장애, 소화불량, 갈증 등 증상이 나타날 경우, 즉시 의사나 약사와 상의하여야 한다.
- 항히스타민제는 두 가지 또는 그 이상의 약제를 투여해도 단독 투여에 비해 효과가 뚜렷하지 않으며, 오히려 과량 사용 시 중추신경계 억제 및 녹내장, 전립선 비대 등 부작용이 증가하므로 각별한 주의가 요망된다. 장기 사용할 경우 효과가 떨어지는 내성현상이 나타날 수 있으므로 장기 사용은 피하는 것이 좋다.
- 대다수의 항히스타민제가 임신 중인 부인 및 6세 미만 소아에 대한 안전성이 확립



**TIP**  
 자세한 내용은 온라인 의약도서관 (<http://drug.mfds.go.kr>) 'e-book 리스트'에서 확인할 수 있다.

되어 있지 않고 수유 중인 부인의 경우 모유를 통해 약이 영아에게 전해질 수 있으므로 임신 중인 부인, 수유 중인 부인, 소아의 경우 첨부문서의 주의사항을 반드시 확인하고 필요하다면 전문가와 상의하는 것이 바람직하다.

**항히스타민제의 보관·폐기방법**

- 약효를 유지하기 위해 원래의 용기에 그대로 담아 보관해야 하며 어린이의 손이 닿지 않는 곳에 보관해야 한다.
- 사용설명서는 버리지 말고 약과 함께 보관하여 약물의 오남용으로 인한 부작용을 예방하는데 활용한다.
- 사용기한이 지났거나 오래된 경우, 반드시 가까운 약국에 비치된 '폐의약품 수거함'에 넣어 수거·처리되도록 해야 한다.

**Do**

항히스타민제는 올바르게 사용하지 못하면 중추신경계 억제 등 부작용으로 인해 일상생활에 불편(졸음)을 초래할 수 있습니다. 반드시 의사 또는 약사와 상의해 개인별 상태에 따라 적절하게 약물 사용을 하는 것이 무엇보다 중요합니다.

**Don't**

항히스타민제는 졸음을 유발하고 주간 활동을 방해할 수 있기 때문에 상호작용이 있는 약물은 함께 복용하지 않도록 합니다.

(사례)

- 항진균제 (Antifungals)  
 항히스타민제의 체내 농도를 증가시킬 위험이 있습니다. 예) 케토코나졸(Ketoconazole)