

해외의약뉴스

가정보관의약품(family medication)을 안전하게 관리하는 간단한 3가지 방법

개요

가정보관의약품(family medication)을 안전하게 관리하기 위해서는 처방된 약만 복용하고(only take medications specifically prescribed to you), 라벨을 읽고 또 읽으며(Read the label, then re-read the label), 미사용 약은 쌓아두지 않는다(don't hoard unused medications).

키워드

가정보관의약품, 안전

전형적인 가정상비약 보관함에는 가족구성원을 위한 각종 처방약, OTC 진통제, 종합비타민, 한방약이 포함되어 있다. 어떤 약이 누구의 것인지 알기 어려울 수 있지만, 각각의 약을 파악하고 정리하는데 시간을 할애하지 않는 것은 위험한 결과를 초래할 수 있다.

다음은 약사가 가족의 안전을 지키기 위해 가족과 함께 공유할 수 있는 방법이다.

1. 특별히 처방된 약만 복용한다.

이는 당연해 보일지 모르지만, 많은 사람들이 약을 나누어 먹는 것의 위험을 굉장히 과소평가한다. 그리고 이것은 가족 내에서만 발생하는 것이 아니다. 실제로 조사 대상 대학생 71%는 지인들 사이에서 처방약을 공유하는 것이 어느 정도 또는 매우 일반적이라고 하였다. 상당수 대학생들은 학업을 위해 처방약에 의존하는데, 그들은 빈번하게 친구나 인터넷으로부터 받은 처방전으로 약물을 구한다. 비처방약에도 마찬가지이다. 최근 조사에서 10대 청소년 중 50%나 OTC 의약품에 대해 제대로 교육받지 못했음을 보여주었는데, 이것은 잠재적으로 이러한 약물의 위험한 오용으로 이어진다.

2. 라벨을 읽고 다시 읽는다.

약사가 약물치료 전문가일지라도 완전하지는 않다. 과거에 약 이름의 혼란으로 인한 조제오류에 대한 보고가 있었다. 당신이 약을 복용할 때마다 라벨을 읽는 것은 잘못된 약 복용을 방지하는 건강한 습관이다. 누구나 복용량, 빈도, 다른 처방약과의 잠재적 상호작용, 공복에 약복용 가능여부에 대한 정확한 지시를 따라야 한다. 특히 우리가 먹는 음식이 복용하는 약물을 방해할 수 있다는 것을 기억하는 것이 중요한데, 환자는 건강한 음식이 특정 약물과 혼합될 때 심각한 결과를 초래할 수 있다는 것을 인지하지 못할 수도 있다.

3. 미사용 약을 쌓아두지 않는다.

더 이상 필요하지 않은 약을 가지고 있는 것은 다른 가족들, 특히 약의 위험을 이해하지 못하는 어린이나 10대에게 심각한 위험을 초래할 수 있다. 시기적절하고 안전한 방식으로 약을 폐기하는 것은 생명을 구할 수도

있다. Michael 약사(PharmD)는 이전에 어린이 주위에 사용하지 않는 약을 두는 것의 위험성에 대해 기술했다. 적절한 약물폐기는 또한 약물이 식수와 환경에 유입되지 않게 하기 위해 필수적이다. 미국약사협회(the American Pharmacists Association), 미국 제약연구 및 제조업체(Pharmaceutical Research and Manufacturers of America), 미국 어류 및 야생동물 보호국(US Fish and Wildlife Service)에 의해 진행된 「The SMART Disposal」 캠페인에서는 환자가 고형약물을 부수거나 물에 녹여(액상형 약물에도 적용), kitty litter나 톱밥(또는 애완동물이나 아이들이 그것을 먹지 않도록 할 만한 물질)에 섞은 후 밀봉 비닐 봉지에 넣어 쓰레기통에 폐기할 것을 권고하고 있다.

■ 원문정보 ■

<http://www.pharmacytimes.com/news/3-simple-ways-to-safely-manage-family-medications>