



어린이 멀미약

요약

어린이의 멀미 증상을 개선하기 위해 항히스타민제 단일 정제, 항콜린제 단일 패치제, 일부 항히스타민제와 항콜린제를 복합한 츄어블정, 시럽제, 액제 등이 사용된다.

외국어 표기

Motion sickness agents for kids (영어)

동의어: 소아 멀미약, 아동 멀미약, 아기 멀미약, Pediatric drug for motion sickness

유의어·관련어: 항히스타민제, antihistamine, 항콜린제, anticholinergic drug

멀미

멀미는 귀 속에 있는 평형기관에 이상이 생겨 차, 배, 비행기를 탔을 때 메스꺼움, 구토, 현기증, 발한 및 불쾌감이 나타나는 증상이다. 몸이 수동적으로 움직이거나 몸의 움직임이 없어도 시야가 움직일 때 눈으로 감지된 움직임과 뇌에 의해 감지된 것과 맞지 않으면 발생한다. 2세 이하의 유아는 전정신경 발달 미숙으로 멀미를 별로 하지 않고 어린이나 청소년이 멀미를 많이 하며 50세 이상이 되면 멀미가 줄어든다.

종류

어린이가 사용할 수 있는 멀미약은 성인보다 제한적이다. 어린이가 복용하면 안 되는 멀미약, 성인 용량보다 적게 복용하면 되는 멀미약 등, 제품에 따라 어린이가 복용할 수 있는지 복용 여부가 다르므로 약사 등 전문가와 상담을 통해 복용해야 한다.

단일제로는 디멘히드리네이트와 스코폴라민 성분 제품이 있다. 스코폴라민 성분은 멀미약으로 귀 뒤에 붙이는 패치형 제품이 있는데, 제품에 따라 들어있는 주 성분의 함량이 다르므로 체중 20 kg 이상, 8세 ~15세 어린이는 반드시 어린이용 패치 제품을 사용해야 한다. 7세 미만의 어린이는 스코폴라민 성분의 패치제를 사용해서는 안 된다.

처방전 없이 약국에서 구입할 수 있는 어린이 멀미약으로는 여러 성분이 조합된 복합제 제품이 있다. 씹어 먹는 츄어블정, 가루약(산제), 물약(액제) 등 다양한 제형 중에서 선호하는 제품으로 선택할 수 있다.

Table 1. 어린이가 복용할 수 있는 멀미약의 종류

종류	성분 조합	제품 예
단일제	디멘히드리네이트	보나링 에이®(정제)
	스코폴라민	어린이 키미테®(패취)
복합제	디멘히드리네이트 + 카페인 + 피리독신	뉴소보민®(시럽제) 이지롱®(액제)
	디멘히드리네이트 + 카페인	디멘®(츄어블정)
	디멘히드리네이트 + 스코폴라민	보나링 츄어블®(츄어블정)
	메클리진 + 스코폴라민	보미롱®(산제)

약리작용

항히스타민제

멀미로 전정기관이 자극되면 연수에 있는 구토중추를 자극해서 구토가 발생하는데, 이 때 관여하는 신경전달 물질이 아세틸콜린과 히스타민이다. 항히스타민제는 과도하게 자극된 전정기관을 안정시키고 구토를 유발하는 신경전달물질인 아세틸콜린에 대한 신경 흥분을 감소시켜 구토 중추의 활성화를 억제한다. 1세대 항히스타민제(디멘히드리네이트)가 중추에 작용하기 때문에 멀미를 예방하는데 주로 사용되며 졸음 부작용이 나타

날 수 있다.

항콜린제

스코폴라민은 벨라돈나에서 추출한 알칼로이드이다. 전정핵으로부터 중추신경계로 들어오는 콜린성 신경 전달과 망상체에서 구토중추로의 콜린성 신경 전달을 차단하여 멀미에 사용된다.

카페인

항히스타민제의 부작용인 졸음을 예방한다.

피리독신

수용성 비타민 B₆로 위점막에서 지각 신경 마비 작용에 의해 반사성 구토를 감소시킨다.

효능·효과

단일제

스코폴라민 성분의 어린이용 붙이는 패취제

탑승하기 최소한 4시간 전에 귀 뒤의 털이 없는 건조한 피부의 표면에 패취를 붙인다. 패취를 떼어낸 뒤에는 부착했던 부위와 손을 비누로 깨끗이 씻어내어 눈에 약의 잔여물이 들어갈 가능성을 제거하도록 한다. 패취 한 개는 3일간 효과가 지속되며 3일 이상 붙일 경우, 첫 번째 붙인 패취는 제거하고 다른 패취를 반대편 귀 뒤에 붙여야 한다.

복합제

멀미를 예방하기 위해서 승차 30분 전에 1회 복용한다. 필요 시 추가 복용할 경우 4시간 이상의 간격을 두고 복용 1일 복용 회수는 2~3회로 제한한다. 제품마다 어린이 연령에 따라 복용량이 다르므로 주의한다.

Table 2. 어린이 멀미약(예시. 이지롱 내복액 1병 30ml)의 복용량 예시

연령	1회 복용량
만 11세 이상 ~ 만 15세 미만	2/3병 (20 ml)
만 7세 이상 ~ 만 11세 미만	1/2병 (15 ml)
만 3세 이상 ~ 만 7세 미만	1/3병 (10 ml)

부작용

약물의 종류에 따라 부작용에 차이가 있다. 각 종류별 대표적인 부작용은 다음과 같다.

항히스타민제

1세대 항히스타민제의 주된 부작용으로 졸림, 어지러움, 무력감이 나타날 수 있고, 입안 건조, 흐려보임, 메스꺼움 등의 증상도 나타날 수 있다.

항콜린제

구갈, 시각 장애, 눈의 건조감, 빈맥, 기관지 분비물의 점도 증가, 배뇨 장애, 발진, 홍반, 금단 증상 등이 나타날 수 있다.

카페인

위장관 자극, 불면증, 초조, 심부정맥, 심계항진, 빈맥 등이 나타날 수 있다.

피리독신

두통, 발작, 오심 AST 상승, 감각 이상 등이 나타날 수 있다.

그 외 상세한 정보는 제품설명서 또는 제품별 허가정보에서 확인할 수 있다. 부작용이 발생하면 의사, 약사 등 전문가에게 알려 적절한 조치를 취할 수 있도록 한다.

금기

- 스코폴라민 패취제는 연고기체에 과민증 환자, 협우각형 녹내장 환자, 서맥 환자, 전립선비대 등 배뇨장애 환자, 임부, 수유부, 7세 이하의 영유아에는 투여하지 않는다.
- 복합제는 수유부, 만 3세 미만의 영유아에는 투여하지 않는다.

주의사항

단일제

스코폴라민 패취제

- 대사질환 환자, 간질환 환자, 신질환 환자, 유문 협착, 방광 폐색, 장폐색 환자, 발작이나 정신질환의 병력이 있는 환자에는 신중하게 투여한다.
- 패취제를 사용하고 손에 묻은 약물이 눈에 들어가면 동공 확장, 시야 흐림 등 심각한 부작용이 나타날 수 있으므로 패취제를 만진 뒤에는 꼭 손을 비누로 씻는다.
- 패취제를 사용하고 시야 흐림, 어지러움 등 심각한 부작용이 나타나면 패취제를 제거하고 안정을 취하도록 한다.

복합제

- 복합제는 임부 또는 임신하고 있을 가능성이 있는 여성, 녹내장(눈의 통증, 눈의 침침함 등) 환자, 배뇨장애 환자, 폐기종 혹은 만성 기관지염과 같은 호흡기 질환을 앓고 있는 환자에는 신중하게 투여한다.
- 1포를 분할한 후 잔량을 사용할 경우에는 입구를 잘 봉하여 보관하고 2일 이내 사용한다.
- 멀미약 사용 중 입안이 건조하면 얼음조각을 물고 있거나, 껌, 사탕을 먹는다.
- 복합제를 복용하는 동안에는 성분이 중복될 우려가 있으므로 진토제, 감기약, 해열진통제, 항히스타민제, 진정제, 진해거담제 등 약물의 복용을 피하고 전문가와 상의하여 복용한다.

본문에 언급된 내용 외의 상세한 정보는 제품설명서 또는 제품별 허가정보에서 확인할 수 있다.

비약물적 방법

멀미는 치료보다 예방이 더 효과적이다.

- 되도록 흔들림이 적은 자리에 앉는다. 흔들림을 볼 수 있는 창가 자리가 좋다. 자동차나 버스는 앞 좌석, 비행기는 날개 근처, 배는 가운데나 갑판 위에 있도록 한다.

- 차량 진행 방향과 같은 방향으로 앉는다. 또한, 직접 차를 운전하는 것이 멀미가 덜 일어난다.
- 차 안에서 책을 읽거나 핸드폰을 보는 등 한 곳에 시선을 집중하는 행동을 피하고 먼 곳의 경치를 바라본다.
- 환기를 자주 해서 신선한 공기를 마신다.
- 소화가 잘 되는 음식을 먹고 과식하지 않는다. 가능하면 출발 2시간 전에 먹는 것이 좋다.
- 멀미가 일어나는 환경에 반복적으로 노출되면 대부분 멀미 증세가 점차 줄어든다.
- 말린 생강절편이나 생강차가 멀미를 줄이는데 도움이 된다.

주의사항

어린이 멀미약과 함께 투여 시 상호작용을 일으킬 수 있는 약물은 다음과 같다.

Table 3. 어린이 멀미약의 상호작용

상호작용	약물
디멘히드리네이트의 부작용 위험을 높일 수 있는 약물	아클리디니움, 아젤라스틴, 브롬페리돌, 옥사토마이드, 유메클리디늄
디멘히드리네이트에 의해 부작용 위험이 증가할 수 있는 약물	시메트로폼, 이프라트로폼, 티오토트로폼, 오르페나드린, 염화칼륨, 탈리도마이드
디멘히드리네이트에 의해 효과가 감소되는 약물	레보설피리드, 피톨리산트
메클리진의 부작용 위험을 높일 수 있는 약물	아클리디니움, 아젤라스틴, 브롬페리돌, 옥사토마이드, 유메클리디늄
메클리진에 의해 부작용 위험이 증가할 수 있는 약물	시메트로폼, 이프라트로폼, 티오토트로폼, 오르페나드린, 염화칼륨, 탈리도마이드
메클리진에 의해 효과가 감소되는 약물	레보설피리드, 피톨리산트
스코폴라민의 부작용 위험을 높일 수 있는 약물	아클리디니움, 아젤라스틴, 브롬페리돌, 옥사토마이드

	드, 유메클리디늄
스코폴라민에 의해 작용 위험이 증가할 수 있는 약물	시메트로폼, 이프라트로폼, 티오토로폼, 오르페나드린, 염화칼륨, 탈리도마이드
스코폴라민에 의해 효과가 감소되는 약물	레보설피리드
카페인 부작용 위험을 높일 수 있는 약물	아세프로필린
카페인에 의해 작용 위험이 증가할 수 있는 약물	독소필린

본문에 언급된 내용 외의 상세한 정보는 제품설명서 또는 제품별 허가정보에서 확인할 수 있다.