

졸음유발약물

저자 최 선
가톨릭중앙의료원 연구윤리사무국 피험자보호팀장
약학정보원 학술자문위원

개요

약물 복용중에는 처방의가 의도했던 치료 목적 이외에 부가적으로 여러 작용이 나타날 수 있다. 이중 졸음이나 나른함 등의 작용은 낮 시간의 활동을 방해할 뿐 아니라 운전이나 기계조작 중에는 의도하지 않은 사고를 유발할 수도 있다. 졸음을 유발하는 약물은 여러 가지 있겠지만 이중 항히스타민제, 항우울제, 고혈압 치료제에 의한 졸음 유발에 대해 요약 정리해보았다.

키워드

졸음, 항히스타민제, 항우울제, 항고혈압약

질병의 치료 및 예방을 위해 많은 사람들이 약처방을 받아 복용하게 되며, 대부분이 한가지 이상의 약물을 복용하게 된다. 그런데 이러한 약물들 중 일부는 복용 시 적응증에 대한 치료 효과 외에 피로감을 가져오거나 졸음을 유발하는 경우가 있다. 원래 의도한 효과 외에 졸음을 유발하는 것으로 알려져있는 대표적인 약물군에 대해 정리해보고자 한다.

1. 항히스타민제

Histamine은 체내 알레르기 증상 유발에 가장 중요한 역할을 하는 매개 물질이다. 인체에는 3개의 Histamine 수용체가 알려져 있는데 알레르기성 질환은 이중 주로 H1 수용체를 통해 이뤄진다. H1 수용체 길항제는 상경적 길항효과를 나타내는 약제이며, 다음과 같이 그 약리 특성에 따라 1세대와 2세대로 나뉜다.

1) 1세대 항히스타민제

이 약물들은 복용 후 체내에 신속히 흡수되며, 대부분 지용성이어서 blood-brain barrier를 쉽게 통과하여 중추신경 진정작용, 부교감신경 길항작용 및 소화기나 심장에 대한 효과를 나타낸다. 1세대 항히스타민제로는 diphenhydramine, triprolidine, promethazine, chlorpheniramine, hydroxyzine, azatadine 등이 있다. 1세대 약물들은 진정작용과 항콜린 작용의 부작용이 현저히 나타나며, 작용시간도 짧기 때문에 최근에는 2세대 항히스타민제가 더 많이 사용되는 경향이 있다.

1세대 항히스타민제의 가장 중요한 부작용이 중추신경에 대한 약리작용으로 나타나는 졸음 증상으로 이 약물 군을 복용한 환자의 약 1/3이 이러한 부작용을 나타낸다. 이외에도 중추신경계 작용으로 인해 의식상실, 경련, 학습능력 저하, 반응시간 지연, 집중력 저하, 인지기능 저하 등이 나타날 수 있다.

2) 2세대 항히스타민제

1세대 항히스타민제의 부작용과 약물상호작용을 보완하기 위한 목적으로 개발된 약물들을 일컫는다. 이 약물들은 수용성 특성으로 인해 blood-brain barrier를 쉽게 통과하지 않을 뿐 아니라, 중추신경계 H1 수용체에

대한 결합력이 약하여 1세대 항히스타민제보다 졸음 유발 및 진정작용이 적게 나타난다. 또한 쉽게 흡수되어 약효 발현이 빨리 나타나면서 반감기는 길어 하루에 1~2회 투여된다. 2세대 약물로는 astemizole, fexofenadine, loratadine, cetirizine, ketotifen, acrivastine, epinastine, ebastine 등이 있다.

2세대 약물들 중에서도 oxatomide와 ketotifen은 다른 약물에 비해 졸음과 항콜린작용이 비교적 강하게 나타나는 편이다.

2세대 약물이 1세대에 비해 중추성 부작용은 적은 편이지만, 대부분이 cytochrome P450 시스템으로 대사 되기 때문에 약물대사효소에 대한 상호작용을 주의하여야 한다.

2. 항우울제

항우울제로 인한 약물 부작용은 약물 군에 따라 특이적으로 나타나는데, 여기에서는 항우울제로 인한 부작용을 논할 때 가장 많이 거론되는 '선택적 세로토닌 재흡수 저해제(SSRIs)'에 대해 살펴보겠다.

SSRI 약물들은 뇌에서 신경전달물질로 작용하는 serotonin을 조절해 우울증세를 완화시키는 주 약리 작용을 가지고 있으나, 한편으로는 수면을 유도하는 역할을 하기도 한다.

SSRIs는 고전적 항우울제인 삼환계항우울제보다는 중추성 부작용을 덜 유발하는 것으로 알려져 있으나 여전히 나른하고 둔한 상태를 유도한다. 따라서 약물 복용 시 심한 피로감을 느끼거나 멍하고 졸리운 상태가 지속된다면 복용시간을 취침전으로 바꿔보거나 처방의와 상의하여 약물을 바꿔볼 수도 있다.

또한 불면증이 부작용으로 나타나는 경우에는 야간 수면 장애로 인해 이차적으로 낮시간 졸리운 증상이 나타날 수 있는데, SSRI를 복용하는 사람의 약 25%가 이러한 증상 중 한가지만 혹은 두가지 모두 경험하기도 한다.

3. 고혈압 치료제

지난 10월 국민건강보험공단과 건강보험심사평가원이 발간한 “2016 건강보험통계 연보”자료에 따르면 만성 질환 진료인원 중 가장 많은 비율을 차지한 질환이 고혈압이다. 고혈압 치료는 생활습관 교정과 함께 약물요법이 병행되는데, 다양한 기전의 약물들이 사용된다. 이들 중 졸음 유발과 관련성이 높은 약물군은 alpha blockers, beta blockers 들이다. 특히 beta blocker는 adrenaline을 조절하여 약리 작용을 나타내며 심박동수 저하와 함께 동맥 내벽에서의 혈액 흐름도 안정화시킨다.

이러한 약리 작용은 혈압을 효과적으로 강하시키지만 adrenaline 수치가 감소되면 힘이 없고 피로감을 느끼게 된다. 이렇게 나른하거나 졸리운 증상이 심하게 나타나면 주치의와 상의하여 복용 시간을 취침전으로 바꾸는 방법이나 복용량을 조정해볼 수 있다. 이와 같은 조절로도 증상이 개선되지 않는다면 주치의와 재상담을 통해 ACE inhibitor와 같은 다른 약물군의 고혈압 치료제를 고려해 볼 수도 있다.

이러한 졸음 유발 약제들은 특히 다제 약물요법을 시행하는 환자들에게 더욱 주의 깊게 사용되어야 하겠다.

약사 Point

1. 주 효과 이외에 졸음이나 피로감, 나른함 등의 부작용이 나타나는 주요 약물군은 항히스타민제, 항우울제, 고혈압 치료제 등이 있다.
2. 낮시간의 졸리움 증상이 심하게 나타날 경우, 주치의와 상의하여 약물 복용시간을 취침전으로 변경해 보거나, 용량 조절, 다른 약물로의 변경 등을 고려해 볼 수 있다.

**■ 참고문헌 ■**

- 1) Treatment guidelines. Allergic Rhinitis 3
- 2) 7 Antidepressant Side Effects. Antidepressants can be effective, but you want to watch for side effects of these prescriptions for depression. Chris Iliades.
<https://www.everydayhealth.com/depression/drug-side-effects.aspx>
- 3) <https://www.aarp.org/health/drugs-supplements/info-06-2012/medications-that-cause-chronic-fatigue.html>
n.com/health/4-common-medications-that-are-making-you-tired