

해외의약뉴스

위산분비 억제제가 비타민 B₁₂의 결핍을 초래할 수 있다.

의약품정책연구소

개요

최근 연구에 따르면, 위산분비를 억제하는 약물이 비타민 B₁₂ 결핍의 위험성을 높일 수 있다는 연구결과가 나왔다. 비타민 B₁₂ 결핍의 위험성은 장기간 PPIs(Proton Pump Inhibitors)를 복용하는 경우 65% 높았으며, H₂ blocker를 복용하는 경우에는 25% 높은 것으로 나타났다. 또한 고용량의 약물을 복용하는 경우 비타민 B₁₂ 결핍이 발생할 가능성이 더욱 높아졌다. 성별로 보면 여성이 남성보다 비타민 B₁₂ 결핍의 위험성이 더 높았으며, 위산분비억제제를 복용하는 30세 이하의 청년층이 노인층보다 비타민 B₁₂ 결핍으로 발전할 위험성이 높았다.

키워드

위산분비 억제제, 비타민 B₁₂

최근 연구에 따르면, 위산분비를 억제하는 약물이 비타민 B₁₂ 결핍의 위험성을 높일 수 있다는 연구결과가 나왔다.

PPIs(Proton Pump Inhibitors)는 2012년 한 해 동안 1억5천만 건 이상 처방되었으며, PPIs와 H₂ blocker 중 일부 약물의 경우 저용량일 때에는 의사의 처방이 아니더라도 일반의약품으로 구매할 수 있는 것으로 조사되었다.

연구진들은 비타민 B₁₂ 결핍으로 진단된 26,000명의 데이터를 185,000명의 정상인 데이터와 비교분석하였다.

비타민 B₁₂ 결핍으로 진단된 사람들 중 12%가 2년 이상 PPIs를 복용한 것으로 조사된 반면, 정상인의 경우에는 7.2%만이 장기간 PPIs를 복용한 것으로 조사되었다. 또한 비타민 B₁₂ 결핍으로 진단된 사람들 중 4.2%가 2년 이상 H₂ blocker를 복용한 것으로 조사된 반면, 정상인의 경우에는 3.2%가 2년 이상 H₂ blocker를 복용한 것으로 조사되었다.

연구결과에 따르면, 비타민 B₁₂ 결핍의 위험성은 장기간 PPIs를 복용하는 경우 65% 높았으며, H₂ blocker를 복용하는 경우에는 25% 높은 것으로 나타났다. 위산과다 증상을 완화하기 위해 PPIs(proton pump inhibitors)를 2년 이상 복용하였을 때 비타민 B₁₂ 결핍의 위험성이 65% 증가하는 것으로 나타났으며, 연구에 사용된 PPIs는 프리로섹(Prilosec)[®], 넥시움(Nexium)[®], 프레바시드(Prevacid)[®]이다. 한편, 위산분비 억제제인 H₂ blocker를 2년 이상 복용하였을 때에도 비타민 B₁₂ 결핍 위험성이 25% 증가

하는 것으로 나타났으며, 연구에 사용된 H₂ blocker는 타가메트(Tagamet)[®], 펩시드(Pepcid)[®], 잔탁(Zantac)[®]이다.

고용량의 약물을 복용하는 경우에는 비타민 B₁₂의 결핍이 발생할 가능성이 더욱 높다. 연구결과, 하루 평균 1.5개의 PPIs를 복용하는 경우 하루 평균 0.75개를 복용할 때보다 비타민 B₁₂ 결핍의 위험성이 두 배 가까이 증가하는 것으로 나타났다.

또한 여성이 남성보다 비타민 B₁₂ 결핍의 위험성이 더 높았으며, 위산분비억제제를 복용하는 30세 이하의 청년층이 노년층보다 비타민 B₁₂ 결핍으로 발전할 위험성이 높았다.

연구자인 Douglas Corley 박사¹⁾는 “이번 연구결과를 통해 장기간 동안 위산 억제치료를 하는 환자들을 대상으로 한 비타민 B₁₂ 결핍 검사의 필요성에 대한 문제를 제기할 수 있다. 하지만 이러한 연구결과는 앞으로 다른 연구들을 통해 입증되어야 한다. 대규모 연구일지라도 하나의 연구결과만을 기초로 하여 임상적인 권고사항의 일반원칙을 정하는 것은 무리가 있다.”고 전했다.

비타민 B₁₂는 혈액 및 신경세포의 건강과 관련된 중요한 영양소이며 이는 육류, 생선, 가금류, 계란, 우유 등에 많이 포함되어 있다. 미국 국립보건원 산하 영양보조식품실(Office of Dietary Supplements)에 따르면, 미국인의 1.5~15%가 비타민 B₁₂ 결핍 상태인 것으로 나타났다.

음식으로부터 비타민 B₁₂를 충분히 섭취하더라도, 이를 효과적으로 흡수하는데 있어 문제가 있을 수 있다. 비타민 B₁₂의 결핍은 피로, 무기력증, 변비, 식욕감퇴를 유발할 수 있으며, 결핍이 심해지면 신체균형의 문제와 기억력 감퇴 뿐만 아니라 무감각이나 손발이 저리고 쏘는 것과 같은 신경계통의 문제까지 야기하게 된다.

Corley 박사는 “위산은 비타민 B₁₂ 흡수에 도움을 준다. 이는 위산의 양을 감소시키는 약물을 복용하는 것이 비타민 B₁₂의 흡수를 감소시킬 수 있다는 것과 의미가 통할 수 있다. 비타민 B₁₂ 결핍의 위험성은 약물복용을 중단하면 감소하기는 하지만 완전히 사라지는 것은 아니다”라고 전했다.

이번 연구결과는 12월 11일자 the *Journal of the American Medical Association*에 실렸다. 비록 이번 연구에서 위산분비 억제제의 장기복용과 비타민 B₁₂ 결핍 위험성과의 연관성은 발견하였지만, 그 인과관계가 명확하게 수립되지는 못하였다.

Corley 박사는 “만약 현재 위산분비 억제제를 복용하고 있다면 복용 중단을 권장하지는 않는다. 그러나 최소 유효용량을 복용해야하며, 비타민 B₁₂의 복용은 전문 의료진과 상담을 통해 결정해야 한다.”고 덧붙였다.

■ 원문정보 ■

<http://consumer.healthday.com/gastrointestinal-information-15/gastrointestinal-problems-news-330/popular-reflux-drugs-tied-to-vitamin-b-12-deficiency-682925.html>

1) A research scientist and gastroenterologist at Kaiser Permanente's division of research in Oakland, Calif