

# 해외의약뉴스

고용량의 비타민 E 복용이 알츠하이머병의 진행 속도를 늦출 수 있다.

의약품정책연구소

## 개요

최근 고용량의 비타민 E 복용이 알츠하이머병의 진행 속도를 늦출 수 있다는 연구 결과가 발표되었다. 약리학적 용량의 비타민 E를 복용한 알츠하이머 환자 그룹의 경우 인지 및 기억력 저하의 진행이 지연되었으며, 위약을 복용한 그룹에 비해 간병 기간을 단축시킬 수 있었다. 그러나 전문가들은 비타민 E가 알츠하이머병의 근본 원인을 치료하지는 않는다고 강조하였다.

## 키워드

비타민 E, 알츠하이머병

최근 고용량의 비타민 E 복용이 알츠하이머병의 진행 속도를 늦출 수 있다는 연구 결과가 발표되었다.

12월 31일자 *the Journal of the American Medical Association*에 게재된 연구의 저자인 Maurice Dysken 박사는 ‘약리학적 용량의 비타민 E를 복용한 알츠하이머 환자 그룹의 경우 인지 및 기억력 저하의 진행이 지연되었으며, 위약을 복용한 그룹에 비해 간병 기간을 단축시킬 수 있었다’고 전했다.

그러나 전문가들은 비타민 E가 알츠하이머병의 근본 원인을 치료하지는 않는다고 강조하였다.

이 연구는 14개 미국 재향군인병원(VA medical center)에서 600명 이상의 경증~중등도 알츠하이머病 환자를 대상으로 실시하였으며, 연구진들은 환자들은 4그룹으로 나누어 각각의 그룹에 다른 치료법을 적용했다.

- 1그룹: 비타민 E의 한 형태인 알파 토코페롤 2,000IU 매일 복용.
- 2그룹: 알츠하이머병 치료약물인 메만틴(memantine) 복용.
- 3그룹: 비타민 E와 메만틴 병용.
- 4그룹: 위약 복용.

연구에서 피험자가 복용한 2,000IU의 비타민 E는 멀티 비타민에 들어있는 비타민 E의 일반적인 용량인 100IU와 비교하면 상대적으로 많은 용량이다.

평균 2.3년의 추적연구 기간 동안 비타민 E를 복용한 1그룹이 위약을 복용한 4그룹에 비하여 기억력의 연간 저하속도가 19% 지연된 것으로 나타났다. 이는 실제로 비타민 E를 복용한 1그룹에서 알츠하이머병의 진행이 6개월 이상 늦춰진 것이라고 밝혔다.

1그룹의 경우 간병 시간이 하루 2시간 미만으로 요구되었지만, 메만틴을 복용한 2그룹과 비타민 E와 메만틴을 병용한 3그룹의 경우 이러한 임상적인 이점을 발견할 수 없었다.

또한 비타민 E의 복용이 안전하며 질병 또는 사망의 위험성을 증가시키지 않는 것으로 나타났다. 비타민 E를 복용한 1그룹의 연간 사망률은 7.3%인데 반해, 위약을 복용한 4그룹의 연간 사망률은 9.4%였다.

그러나 Heather Snyder<sup>1)</sup>는 ‘비타민 E를 고용량 복용하는 것은 다른 약물에 영향을 미칠 수 있다는 사실을 명심해야 한다. 항응고제 또는 콜레스테롤 약물을 포함한 다른 약물과 상호작용을 나타낼 수 있다. 따라서 알츠하이머병을 치료하기 위해 비타민 E의 복용을 희망하는 환자들은 의료진의 감독 하에 복용해야 한다.’고 전했다.

또한 ‘이번 연구 결과는 추가적인 연구에 대하여 충분히 긍정적인 근거를 제시한다. 다만 이번 연구의 피험자들이 대부분 남성으로 구성되어 있어 일반 대중을 완전히 대표한다고 볼 수는 없기 때문에 다른 피험자들을 대상으로 반복 연구를 진행해 보는 것도 좋을 것 같다.’고 덧붙였다.

한편, Dysken 박사는 ‘비타민 E가 알츠하이머병 치료에 도움이 되는 원인을 파악하는 것이 필요하다. 현재 비타민 E가 정신건강 저하를 지연시키는 기전에 대해서는 명확하게 밝혀지지 않은 상태이다. 이번 연구에서 사용된 비타민 E는 지용성 산화방지제로 이 물질이 알츠하이머병에 긍정적으로 작용하는 이유에 대한 설득력 있는 이론은 아직 없다.’고 언급하였다.

## ▣ 원문정보 ▣

<http://consumer.healthday.com/vitamins-and-nutrition-information-27/vitamin-and-mineral-news-698/daily-high-dose-vitamin-e-may-delay-alzheimer-s-683455.html>

1) A director of medical and scientific operations for the Alzheimer's Association