

해외의약뉴스

오메가3지방산 보충제는 안구건조 증상을 개선할 수 있는가

개요

노화에 대한 임상적 개입(c clinical interventions in aging) 저널에 게재된 연구결과에 따르면 오메가3 지방산 보충제가 인공눈물의 사용 감소, 결막 충혈의 감소, 눈물분비와 눈물막의 안정성을 향상시킨다는 것으로 나타났다.

키워드

안구건조증, 오메가3지방산, 불포화지방산, 인공눈물

안구건조 질환은 시각기능, 일상생활 활동, 작업 생산성 및 건강과 관련된 삶의 질에 영향을 미친다.

특히 가벼운 안구건조 질환은 보고에서 누락(underreport)되어 있고, 제대로 치료되지 못하고 있다. 경증환자(mild disease) 20%와 중등도 환자(moderate disease)의 절반만이 치료 받고 있으며, 안구건조증을 유발하는 원인으로는 눈물샘 기능장애, 눈물막 삼투압 증가, 그리고 가장 중요한 안구표면의 염증이 있다.

이전 연구에서는 오메가3 필수지방산 보충제가 안구염증을 유발하는 프로스타글라딘(prostaglandin-induced ocular inflammation)을 약화시키는 것으로 나타났다. 현재 노화에 대한 임상적 개입(c clinical interventions in aging) 저널에서 지방산이 안구염증을 감소시킨다는 증거가 증거하고 있다는 연구결과를 발표했다.

이 연구는 인공눈물을 사용하고 있는 안구건조증 환자 1,419명을 대상으로 참가자들은 하루 3회 Brudysec 캡슐(1.5g)을 복용했다. 연구에서 사용한 보충제에는 70%의 도코사헥사엔산(docosahexaenoic acid, DHA)과 에이코사펜타엔산(eicosapentaenoic acid, EPA)이 포함되어 있었다.

12주 후 연구자들은 안구건조 증상, 결막 충혈, 눈물막 파괴시간¹⁾(tear breakup time), 옥스퍼드 등급 체계²⁾(Oxford grading scheme)를 측정했다.

약물치료는 어떠한 환자도 부작용으로 인해 중도탈락하지 않을 만큼 내약성이 좋았고, 안과 의사들은 검사를 통하여 환자의 91.6%가 증상이 개선되었다고 평가했다.

참가자들은 인공눈물의 사용감소와 자각증상의 심각도가 감소함을 경험했으며, 대부분 최상의 순응도를

1) 10초미만의 경우 질병에 대해 양성으로 판단함

2) 안과에서 실시하는 증상 심각성 척도

가진 치료임과 동시에 기준의 증상 중증도(symptom severity)가 크게 향상되었다.

과거 연구에서는 불포화지방산(필수지방산) 섭취 증가(일주일에 최소 5회 이상)가 안구건조증의 위험을 감소시킨다고 했으며, 이 조사결과 역시 2015년 쇼그伦 증후군(Sjogren's syndrome) 가이드라인 권고 사항과 일치했다.

본 연구결과는 오메가3지방산 보충제가 인공눈물의 사용을 감소시키고 결막충혈을 줄여주며 눈물분비와 눈물막 안정성을 향상시키는 것으로 나타났다.

2016년 5월부터 안구건조증상에 대한 DHA와 EPA를 조사하기 위해 대규모 임상시험(다기관, 무작위, 이중맹검)이 진행되고 있다.

■ 원문정보 ■

<http://www.pharmacytimes.com/resource-centers/vitamins-supplements/can-omega-3-fatty-acid-supplementation-improve-dry-eye-symptoms>