

"환절기, 어린이 감기약 올바르게 먹이세요!"

◆ '의약품 안전사용 매뉴얼'은 안전하고 효과적인 의약품이 적절한 품질을 확보하고 국민에게 공급될 수 있도록 의약품 안전관리를 책임지는 식품의약품안전처에서 일반 국민이 실생활에서 의약품을 안전하고 올바르게 사용하는 방법을 쉽게 이해하고 실제 실행에 옮길 수 있도록 다양한 주제로 직접 커뮤니케이션하는 시리즈 정보입니다. 이 자료는 식품의약품안전처 온라인의약도서관 e-book리스트(<http://drug.mfds.go.kr>)에서도 다운로드받으실 수 있습니다.

감기는 주로 바이러스 때문에 코와 인두(목구멍 근처)에 염증이 생기는 호흡기의 대표적인 질환으로 봄과 가을에 많이 발생합니다. 우리의 몸이 환절기의 기후와 심한 일교차에 잘 적응하지 못하고, 감기 바이러스의 활동 또한 4월~7월초까지와 9월~12월 시기에 왕성해지기 때문에 이때 감기가 가장 기승을 부리게 됩니다.

특히, 어린이는 성인보다 면역력이 약해 더 자주 감기에 걸리기 쉽습니다. 어린이 감기는 고열, 설사나 구토 등의 소화기 증상을 동반하기 쉽고, 발진을 동반하는 경우도 있습니다. 또한 감기를 오래 방치하면 중이염이나 폐렴 등의 합병증이 생길 수도 있기 때문에 하루나 이틀 정도 집에서 잘 관찰하면서 감기약을 먹이거나, 그래도 좋아지지 않을 때에는 병원에서 치료를 받는 것이 좋습니다.

감기약은 주로 나타나는 증상에 따라 해열진통제, 코감기약, 기침약(진해제), 가래약(거담제) 등 종류가 다양하고, 형태도 시럽제, 산제(가루약), 과립제, 정제(알약), 캡슐제, 좌제 등으로 다양하기 때문에 어린이의 감기 증상과 연령 등에 따라 적절한 약물을 올바르게 복용해야 합니다.

본 의약품 안전사용 매뉴얼에서는 어린이 감기약에 대해 여러 제형별로 기본적인 정보를 제공하여, 어린이에게 감기약을 올바르게 먹이는데 도움이 되고자 합니다.

😊 감기약에는 어떤 종류가 있나요?

- 📖 일반적으로 감기에 걸린 경우, 주로 나타나는 증상에 맞는 감기약을 사용합니다.
- 📖 먼저 열이 날 때는 “해열진통제”, 콧물이 나거나 콧물이 막혔을 때는 “코감기약”, 기침할 때는 “기침약(진해제)”, 가래가 나오는 경우는 “가래약(거담제)”을 복용합니다. 그러나 콧물, 코막힘, 재채기, 인후통, 기침, 가래, 오한, 발열, 두통 등 여러 가지 증상이 복합적으로 나타나는 경우는 그 증상을 완화시키는 약을 동시에 복용하기도 하며, 몇 가지 성분을 혼합하여 만든 제제를 종합감기약이라고도 합니다.

<증상에 따른 감기약 성분>

감기 증상	의약품 종류	의약품 성분
고열	해열진통제	아세트아미노펜, 이부프로펜 등
콧물, 코막힘, 재채기	항히스타민제, 비충혈제거제	클로르페니라민, 카르비녹사민, 트리프롤리딘, 디펜히드라민, 수도에페드린, 페닐프린 등
기침	기침약(진해제)	텍스트로메토르판, 노스카핀, 카르베타펜탄, 클로페라스틴, 티페피딘, 메틸에페드린, 에페드린 등
가래	가래약(거담제)	구아야콜설폰산칼륨, 구아이페네신, 티페피딘, 염화리소짐 등

- 📖 흔히 사용되는 어린이 감기약의 형태는 시럽제, 산제(가루약), 과립제, 정제(알약), 캡슐제, 좌제 등이 있습니다.

😊 어린이 감기약 복용시에는 어떤 점에 주의해야 하나요?

▣ 어린이에게 감기약을 먹이기 전 주의사항

- ▶ 어린이는 약물이 몸에 미치는 영향이 어른과는 다르므로, 감기약이 의사의 처방 없이 구입할 수 있는 일반의약품이라 하더라도, 아이의 건강상태에 대해 의사·약사와 충분히 상의한 후 복용하는 것이 좋습니다.
- ▶ 의약품의 상세정보를 읽어보고 어린이의 나이, 체중 등에 맞는 정확한 용법·용량을 확인하여 복용시켜야 하며, 어림짐작으로 용량을 정하거나 성인 용량에서 유추하지 않도록 합니다.
- ▶ 어린이가 두 가지 이상의 감기약을 복용해야 한다면, 반드시 같은 성분이 중복되어 들어있는지 제품의 용기·포장 및 첨부문서를 확인해야 합니다.
- ▶ 2세 미만의 영·유아가 감기에 걸린 경우에는 반드시 의사의 진료를 받아야 하며, 꼭 필요한 경우가 아니면 일반의약품으로 구입한 감기약(비충혈제거제, 거담제, 항히스타민제, 기침약)은 복용시키지 않도록 합니다. 부득이하게 약을 복용시킨 경우에는 보호자가 주의 깊게 모니터링 합니다.
- ▶ 전과 비슷한 증상이 있다고 전에 처방받은 약을 임의로 먹이지 않도록 합니다. 또한, 형제·자매의 약을 같이 나누어 먹어서도 안 됩니다.
- ▶ 처방받고 복용 후 남은 약은 아깝다고 오래 두지 말고 버리는 것이 가장 안전합니다.

▣ 감기약 복용시 주의사항

- ▶ 어린이는 보호자의 지도·감독 하에 약을 복용해야 합니다. 이 때, 어린이에게 약을 투여한 시간과 용량을 기록해 두면, 약을 지나치게 많이 먹이거나 적게 먹이는 위험을 피하는데 도움이 됩니다.
- ▶ 어린이가 약을 복용하는 동안 부작용이 나타나는지 잘 확인하고, 의심나는 증상이 생기면 즉시 의사·약사와 상의하여야 합니다.
- ▶ 아세트아미노펜은 어린이가 먹어도 되는 안전한 약이지만, 과량을 먹이게 되면 간손상이 생길 수 있으므로 주의해야 합니다.

- ▶ 아스피린은 어린이가 복용할 경우 레이증후군이라는 심각한 질환이 유발될 수 있으므로 가급적이면 복용하지 않는 것이 좋습니다.

※ 레이증후군: 아스피린을 먹은 아이가 뇌와 간의 손상으로 뇌기능이 저하되는 증세

- ▶ 항생제는 의사의 처방에 따라 사용해야 하는 전문의약품이며, 처방받은 용법과 용량을 잘 지켜서 복용해야 합니다. 증상이 호전됐다고 하더라도 보호자 마음대로 복용량을 줄이거나 임의로 복용을 중단해서는 안 됩니다.
- ▶ 여러 차례 복용하여도 증상의 개선이 없을 경우에는 복용을 중지하고 의사·약사와 상의해야 합니다.

① 어린이 감기약 - 시럽제는 어떻게 복용하나요?

 시럽제는 유아나 소아에게 약을 줄 때 가장 간편하고 쉬운 제제입니다.

❖ 시럽제 복용방법

- ▶ 시럽제는 약을 먹이기 전에 가볍게 흔들어서 내용물을 균일하게 한 후, 반드시 용량을 정확하게 측정할 수 있는 용기를 사용하여 투여해야 합니다. 이러한 계량용기에는 계량컵, 계량스푼, 경구용 주사기 등이 있습니다. 식사할 때 사용하는 숟가락이나 요리할 때 사용하는 계량스푼 등은 제품에 따라 용량 차이가 있기 때문에 사용하지 않도록 합니다.
- ▶ 계량용기를 이용하여 약을 먹인 후에는 미지근한 물을 마시게 하는 것이 좋습니다.
- ▶ 사용한 계량용기는 깨끗한 물로 씻어낸 후 충분히 건조시켜 보관하며, 수세미 등으로 힘을 가하여 닦을 경우 표면이 손상되어 다음 번 사용에 지장을 줄 수 있으니 유의해야 합니다.

■ 계량컵

- ▶ 계량컵은 약을 흘리지 않고 먹을 수 있는 어린이에게 사용합니다.



- ▶ 평평한 곳에 계량컵을 놓고, 계량컵에 표시된 숫자를 가까이 보면서 정확한 용량을 따릅니다. 약액의 평평한 표면이 눈높이에 오도록 해서 눈금을 맞춥니다.

■ 계량스푼

- ▶ 계량스푼은 컵으로 약을 먹을 수 없거나, 먹을 때 흘리기 쉬운 아이들에게 사용합니다.



- ▶ 계량스푼을 수평이 되도록 하여 액을 조금씩 부어 필요한 눈금까지 오도록 합니다. 스푼을 아이의 입술부위에서 기울이고, 약을 천천히 넣어서 자연스럽게 삼킬 수 있도록 합니다.

■ 경구용 주사기

- ▶ 경구용 주사기는 컵으로 약을 먹을 수 없는 아이들에게 사용합니다.
- ※ 정맥투여용 주사기와는 다릅니다.



- ▶ 일부 경구용 주사기는 의약품이 흐르는 것을 막기 위해 마개를 사용하고 있으니, 아이에게 약을 주기 전에 반드시 마개가 제거되어 있는지 확인하여, 아이가 마개를 삼키지 않도록 주의합니다.

❖ 건조시럽제 복용방법

- ▶ 건조시럽제는 분말 형태의 약물을 정해진 분량의 물로 녹여 시럽 상태로 만든 후, 시럽제와 같은 방법으로 복용합니다. 이 때, 반드시 물로 녹이며 우유 등으로 녹이지 않습니다.


■ 시럽제 복용시 주의사항

- ▶ 시럽제와 가루약이 별도로 처방된 경우에는 섞어서 먹여도 되는지 약사에게 미리 확인합니다. 또한, 가루약을 시럽제에 미리 섞어 두지 말고 약사의 복용 지도에 따라 먹기 직전에 혼합하여 복용하는 것이 바람직합니다.
- ▶ 시럽제에 가루약을 혼합하여 복용할 때에는 계량용기를 이용하여 시럽제를 먼저 계량한 후 가루약을 혼합합니다.
- ▶ 복용 시에는 잔량이 없도록 하는 것이 중요합니다. 필요하다면, 계량용기를 물로 헹궈서 먹여도 됩니다.
- ▶ 2가지 이상의 시럽제를 복용할 경우에는 각각 따로 복용하는 것이 바람직합니다.
- ▶ 약은 원칙적으로 다른 식품과 섞어서 먹이지 않는 것이 좋습니다. 다만, 아이가 쓴 맛이 나는 시럽을 먹지 않으려고 하는 경우에는 소량의 물이나 과일주스에 섞어서 먹일 수 있습니다. 이때 혼합물을 전부 마셔서 약을 전량 복용할 수 있도록 하는 것이 중요하며, 모든 시럽제를 물이나 과일주스와 섞을 수 있는 것은 아니므로 미리 의사나 약사에게 문의해야 합니다.

■ 시럽제 보관시 주의사항


- ▶ 시럽제는 일반적으로 실온(1~30℃)에서 보관합니다. 사용 전에는 반드시 제품에 표시된 사용기한을 확인하도록 합니다. 개봉하지 않은 시럽 제품은 성분에 따라 2~3년 간 보관이 가능하지만, 개봉한 경우에는 한 달 이내에 사용하는 것이 좋습니다.


- ▶ 빛에 의해 영향을 받을 수 있는 항히스타민 성분의 시럽제는 직사광선을 피하고 될 수 있는 한 습기가 적은 서늘한 곳에 갈색 봉투나 통에 넣어 차광 보관하는 것이 좋습니다(예. 액티피드시럽, 코미시럽).
- ▶ 가루를 물에 타서 먹는 건조시럽은 물과 혼합한 후의 보관방법과 사용기한을 반드시 확인해야 합니다. 예를 들어, 항생제 건조시럽 중 오구멘틴 건조시럽은 물과 혼합한 후에는 냉장 보관(2~8℃)하고 7일 이내에 복용해야 하며, 아지트로마이신 건조시럽은 물과 혼합한 후 상온(15~25℃)에서 보관하고 5일 이내에 복용해야 합니다.

 ② 어린이 감기약 - 산제(가루약)나 과립제는 어떻게 복용하나요?

❖ 산제(가루약), 과립제 복용방법

- ▶ 소량의 물로 입을 적신 후 가루약을 입 안에 넣고 물을 1컵 정도 마시게 합니다.
- ▶ 쓴 맛이나 목이 막히는 등의 이유로 가루약을 그대로 잘 먹지 못하는 아기의 경우, 소량의 물에 개어 젓꼭지에 발라서 먹이거나 입 윗 천정에 바른 뒤 물을 먹여도 됩니다. 이 때, 물 위에 뜨지 않고 완전히 개어 먹여야 하며, 대충 개어 먹이는 경우 가루가 폐로 흩어져 들어가 기침이 나고, 토할 수 있으므로 주의합니다.

 ③ 어린이 감기약 - 정제(알약), 캡슐제는 어떻게 복용하나요?

 정제(알약) 및 캡슐제는 좀 나이가 든 아이에게 투약할 수 있는 가장 쉽고 깨끗한 방법입니다. 7세 이하의 어린이는 복용하지 않는 것이 좋습니다.

❖ 정제 복용방법

- ▶ 특별한 지시가 없는 한 충분한 양(약 1컵)의 물과 함께 약 전체를 삼켜야 합니다.
- ▶ 알약을 의사나 약사의 지시없이 마음대로 갈거나 부수어 사용하면 안 됩니다.

어떤 정제나 캡슐제는 위산에 손상되지 않도록 만들어져 있거나 서방형제제로 되어 있어서, 정제나 캡슐제를 씹거나, 부수거나, 까게 되면 이러한 성질들이 손상됩니다.

※ 서방형제제 : 약물이 천천히 방출되도록 만들어져서 하루 1~2번 투여하는 제제

- ▶ 아이가 앉아있는 상태에서 먹여야 합니다. 누운 상태에서 먹이면 질식할 수도 있습니다.
- ▶ 먹은 후 입 속에 정제나 캡슐제가 남아 있는지 확인하시기 바랍니다. 입속에 그대로 남아 있을 경우가 때때로 있습니다.

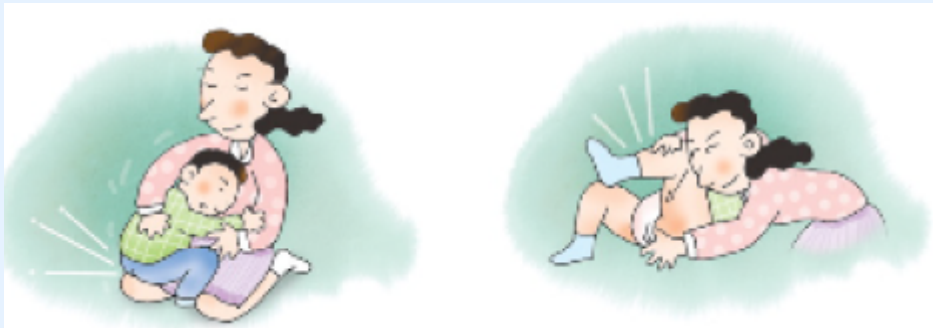
😊 ④ 어린이 감기약 - 좌제는 어떻게 투여하나요?

📖 어린이 감기약에 사용되는 좌제는 항문 좌제로, 항문에 삽입하면 체온으로 용해되어 약물이 직장 점막에서 흡수됩니다. 경구약제를 투여하지 못하는 아이들에게 쓰는 경우가 많습니다.

❖ 좌제 투여방법

- ▶ 약물을 투여하기 전에 손을 깨끗이 씻습니다.
- ▶ 아이가 왼쪽으로 눕도록 한 뒤에 왼쪽 다리는 쭉 펴고, 오른쪽 다리는 굽혀서 가슴에 안도록 합니다.
- ▶ 좌제가 물렁물렁하면, 좌제의 껍질을 벗기기 전에 흐르는 차가운 물에 잠시 두어서 딱딱해지도록 합니다. 장갑을 끼고 좌제의 껍질을 벗깁니다.
- ▶ 한 손으로 아이의 엉덩이 사이를 벌려서 항문이 보이도록 합니다.

- ▶ 다른 손으로 재빨리 좌제의 매끄럽고 둥근 끝을 항문에 부드럽게 넣어 줍니다. 삽입이 어려운 경우에는 좌제의 끝에 물을 살짝 묻혀 사용해도 됩니다.
- ▶ 한 손가락(3세 이하의 아이에게는 새끼손가락, 3세 이상의 아이에게는 검지손가락)으로 저항력이 없어질 때까지 좌제를 항문 속으로 깊숙이 집어넣습니다. 항문 속에서 좌제의 끝이 보이면 중간에 빠져나올 위험이 있으므로 다시 한번 깊숙이 집어 넣어야 합니다. 삽입이 끝난 후에는 밖으로 밀려나오지 않도록 잠시 항문을 눌러 줍니다.
- ▶ 좌제는 삽입 후 일정 시간이 지나야 녹기 때문에 조금만 움직여도 좌제가 빠져 나오기 쉽고, 조금 큰 어린이는 이물감 때문에 꺼내버리는 일도 있습니다. 따라서 보호자는 삽입 후에 좌제가 빠져 나오지 않았는지 재확인합니다.
- ▶ 약 20분간 움직이지 않고 그대로 앉아있거나 누워있도록 합니다.



▣ 좌제 사용시 주의사항

- ▶ 변이 정체되어 있는 상태에서 좌제를 삽입하면 좌제가 변과 함께 배출될 수 있으므로, **가급적이면 배변 후에 투여합니다.**
- ▶ 좌제를 항문에 삽입 직후 원형 그대로의 좌제가 빠져 나왔을 경우에는 좌제를 곧 다시 삽입하거나 새로운 좌제를 삽입해도 됩니다. 그러나 삽입한지 수분이 지난 후에 좌제 일부가 용해된 상태로 빠져나온 경우에는 직장 내에 좌제의 액체 내용물이 잔류할 가능성이 높아 새 좌제를 삽입하면 과량 투여가 될 수 있습니다.

❑ 좌제 보관시 주의사항

- ▶ 좌제는 체온에서 녹기 쉽도록 만들어졌기 때문에 직사광선이나 온도가 높은 곳을 피하여 서늘한 곳에 보관합니다.

😊 어린이 감기약 보관 시에는 어떤 점에 주의해야 하나요?

❑ 감기약 보관시 주의사항

- ▶ 의약품은 원래의 용기에 첨부문서와 함께 보관합니다. 원래 용기에서 꺼내어 다른 용기에 보관하는 것은 잘못 사용하여 사고를 발생하거나 품질이 떨어질 수 있으므로 원래 용기에 넣고 꼭 닫아 보관해야 합니다.
- ▶ 어린이는 손에 잡히는 것을 입으로 가져가는 습관이 있으므로, 어린이의 손이 닿지 않는 곳에 잘 보관해야 합니다.
- ▶ 햇빛과 습기는 약물의 약효성분을 변하게 할 수 있습니다. 따라서 빛을 피하고 될 수 있는 한 습기가 적은 서늘한 곳에 보관하고, 냉장 보관이 필요한 약은 반드시 냉장 보관해야 합니다.

😊 식약처에서 허가한 어린이 감기약은 어디서 확인할 수 있나요?

📖 식품의약품안전처에서 허가(신고)한 어린이 감기약에 대한 정보는 '이지드럭' 사이트 (<http://ezdrug.mfds.go.kr> → 정보마당 → 의약품등 정보 → 제품정보 조회) 또는 '온라인 의약도서관' (<http://drug.mfds.go.kr> → 의약품검색)에서 확인할 수 있습니다.

의약품 안전사용 매뉴얼 - 어린이 감기약 올바르게 먹이기

발행부서 : 식품의약품안전처 의약품정책과, 식품의약품안전평가원 순환계약품과

식품의약품안전처 종합상담센터 1577-1255

식품의약품안전처 www.mfds.go.kr

온라인의약도서관 <http://drug.mfds.go.kr>

의약품 허가정보 조회 이지드럭 <http://ezdrug.mfds.go.kr>