

우리는 무엇을 해야 합니까?

의료 전문가에게 당신이 복용하고 있는 약에 대해 상담하십시오.

예전에 효과 있던 약이 지금의 당신에게 좋지 않을 수도 있습니다. 특히 5가지 이상의 약을 먹는 경우 의사, 약사 또는 간호사와 함께 정기적으로 약을 검토하는 것이 중요합니다.

또한 당신은 의료진과의 상담 후 복용 약물을 줄일 수 있습니다. 약물 줄이기란 건강에 도움이 되지 않거나 해로운 영향을 끼칠 수 있는 약을 줄이거나 중단하는 것을 의미합니다.

의사, 약사 또는 간호사에게 물어볼 질문

1. 왜 이 약을 복용해야 합니까?
2. 이 약의 잠재적인 이점과 악영향은 무엇입니까?
3. 기억력에 영향을 미치거나 낙상할 위험이 있습니까?
4. 이 약의 복용을 중단하거나 줄일 수 있습니까(탈처방)?
5. 약물 관련 추가 질문이 있을 시 누구에게 언제 연락해야 합니까?

의약품 안전에 대한 자세한 내용은 (Canadian Medication Appropriateness and Deprescribing Network) 웹사이트를 참조하시기 바랍니다: deprescribingnetwork.ca

우리는 나이가 들수록 약 복용에 주의하여야 합니다.

알고 계십니까?

고령자들은 약의 부작용으로 인해 65세 미만의 사람들보다 5배 더 자주 병원에 입원합니다.¹



참고문헌:

¹Canadian Institute for Health Information. 2013. Adverse Drug Reaction-Related Hospitalizations Among Seniors, 2006 to 2011.



재정적 기여



본 관점은 캐나다 보건부의 공식 견해와 상이할 수 있습니다.





나이가 들면서 우리 몸은 약을 처리하는 효율이 떨어지게 됩니다.

약물이 체내에서 처리되는 과정

약물은 다음과 같은 과정을 거칩니다:



1. 체내 흡수



2. 혈류를 통해 전신에 분포



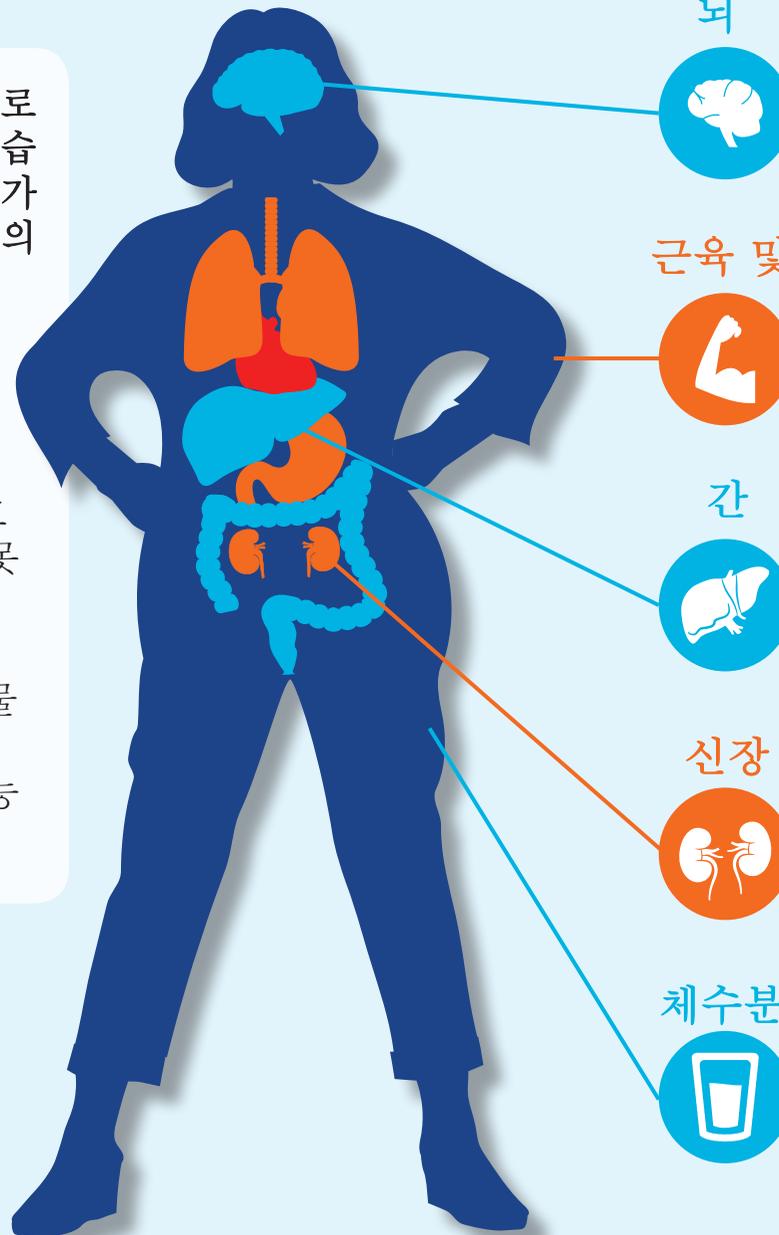
3. 간과 신장에서 분해됨



4. 소변 및 대변을 통해 배설됨 (즉, 체내에서 사라짐)

약은 많은 방법으로 우리를 도울 수 있습니다. 그러나 나이가 들수록 몇 가지 주의점을 요구합니다.

- 우리는 약의 효과에 더 민감해집니다.
- 우리 몸은 약을 효율적으로 처리하지 못합니다.
- 약물 부작용, 약물 상호작용 또는 기타 역효과를 경험할 가능성이 더 높습니다.



뇌



뇌는 약물 효과에 더 민감해집니다. 또한 뇌에 대한 약물의 효과는 더 오래 지속될 수 있습니다.

근육 및 지방



나이가 들면 근육량이 적어지고 체지방이 증가하기 때문에 어떤 약들은 우리 몸에 더 오래 머물게 됩니다.

간



간은 일부 약물을 처리하는 능력이 떨어지게 됩니다. 이에 따라 여러 약물을 복용할 때 상호 작용이 발생할 수 있습니다.

신장



신장은 체내에서 약을 제거하는 능력이 떨어지기 때문에 약을 몸에 쌓이게 합니다.

체수분



나이가 들수록 우리 몸은 수분을 적게 함유하게 됩니다. 따라서 어떤 약들은 더 농축되어 약효를 증가시킬 수 있습니다.