

## 우울증약 복용과 관련하여 더 알아두어야 할 사항이 있습니까?

항우울제는 특히 복용 초기나 복용량을 증가할 때 자살 위험이 커질 수 있습니다. 우울증 증상이 더 악화되거나 자해 충동이 생긴다면, 즉시 담당 의사에게 연락하시기 바랍니다.

항우울제는 세로토닌 증후군이라는 희귀한 부작용의 원인이 될 수 있습니다. 세로토닌 증후군의 증상은 다음과 같습니다:

- 혼란감
- 환각 (실제로 존재하지 않는 것을 보고, 듣고, 느끼고, 냄새 맡고, 맛을 느낌)
- 초조감 및 불안감
- 빠른 심장 박동
- 혈압의 변화
- 고열
- 구역질 및 구토증
- 근육 경직 또는 떨림
- 발작 또는 경련

## 위의 증상 중 하나라도 나타나는 경우에는 즉시 담당 의사에게 연락하시기 바랍니다.

약사 및 의약품 전문가도 항우울제로 인한 부작용에 대해 안내해 드릴 수 있지만, 복용 약품의 변경에 대해서는 담당 의사만이 지시할 수 있습니다.

본인의 증상 및 약품 복용에 따른 모든 부작용에 대해 기록해 두십시오. 담당 의사를 방문할 때 이러한 기록을 지참하고, 항우울제의 효과에 대한 더 자세한 정보가 필요할 경우에는 의사에게 문의하시기 바랍니다.

친구와 가족들로 여러분을 도와드릴 수 있지만, 해당 증상에 대해서는 정확히 모를 수 있습니다. 환자 개인마다 상황이 다르기 때문에 인터넷에서 나와 있는 모든 정보가 정확한 것은 아니며 구체적으로 본인에게 해당된다고 볼 수는 없습니다.

음주(와인, 맥주 및 칵테일을 포함한 양주 등)나 흡연 또는 다른 약물 투여는 피하거나 삼가시기 바랍니다. 알코올과 담배 및 기타 약물은 복용약의 작용에 영향을 미칠 수 있기 때문입니다.

**메디메이트 (Medimate)** 책자는 다양한 언어로 번역되어 제공되며, 담당 의사 및 약사의 협조 하에 항우울제 및 기타 약품의 복용에 대해 제대로 이해하는데 도움이 됩니다. 이 책자와 기타 유용한 정보는 호주처방협회 (National Prescribing Service MedicineWise, NPS) 웹사이트 ([www.nps.org.au/translated-health-information-about-medicines](http://www.nps.org.au/translated-health-information-about-medicines))에 나와 있습니다.

## 우울증을 앓고 있는 사람을 알고 있는데, 제가 복용하는 약을 쥐도 됩니까?

본인이 복용하는 약을 절대 다른 사람에게 주지 마십시오. 여러분의 약은 본인의 증상과 병력에 맞도록 처방된 것입니다. 본인의 복용약이 다른 사람에게서는 해로울 수 있습니다.

다른 사람이 여러분과 비슷한 증상을 보인다면 의사의 진찰을 받도록 권유하십시오.

## 영어로 의사소통하는데 도움이 필요하다면 어떻게 합니까?

의사나 약사와 대화하는데 어려움이 있으면 통역사를 요청하십시오. 가족이나 친구보다는 전문 통역사를 이용하셔야 합니다. 전문 통역사는 의료 용어를 이해하며 상담 내용을 기밀로 유지합니다.

의사나 약사는 번역 및 통역 서비스(TIS) 전화 131 450으로 연락하여 통역을 요청할 수 있습니다. 이 서비스는 무료이며 주 7일 24시간 운영됩니다.

본 책자는 일반적인 정보만 담고 있으며, 가능한 모든 부작용이나 약품 상품명들 전부 포함하고 있지는 않습니다.

## 우울증이란 무엇입니까?

우울증은 신체적 및 정신적 건강에 심각한 영향을 끼칠 수 있는 일종의 정신질환입니다.

우울증의 증상은 다음과 같습니다:

- 거의 매일 온종일 느끼는 비애감
- 예전에 관심있었던 활동에 대한 흥미 상실
- 활기 부족
- 수면 습관의 변화
- 식욕의 변화
- 성욕의 변화
- 낙망감, 좌절감, 죄책감, 자기 비하의 감정
- 정신 집중이나 의사결정 능력 결여
- 이전보다 짜증 또는 분노감 증가
- 이전보다 불안감 증대
- 죽음이나 자살에 대한 생각

최소 2주 동안 이러한 증상 중 하나라도 거의 하루 종일 경험한 적이 있는 경우라면 우울증에 해당할 수 있습니다.

## 우울증은 흔한 질병입니까?

호주에서 우울증은 일반적인 질병입니다. 남성보다는 여성에게 더 흔하고, 어린이와 청소년을 비롯해 모든 연령대가 우울증을 경험할 수 있습니다.

## 우울증의 원인은 무엇입니까?

우울증의 정확한 원인은 아직 알려지지 않았습니. 다음과 같은 여러 가지 요인이 우울증과 관련이 있습니다:

- 우울증이 있는 가족 병력
- 실직, 대인 관계 문제, 고립, 사별 등과 같이 스트레스가 심한 상황
- 기타 질병

때로는 분명한 이유 없이 우울증이 발생할 수도 있습니다.

## 우울증 치료법에는 어떤 것이 있습니까?

우울증은 치료가 가능합니다. 치료법을 들자면 다음과 같습니다:

- 항우울제는 우울증을 앓고 있는 분들을 도와드릴 수 있습니다. 장기간 복용시 우울증 재발 및 발병 방지에 효과적입니다. 이 약은 담당 의사나 정신과 전문의를 비롯한 의사 처방전이 있어야 구입이 가능합니다.
- 인지행동요법 (CBT)과 같은 상담 치료가 있습니다. 이 치료는 정신과 전문의, 심리학자, 사회복지사나 상담사와 같은 정신질환 전문가와의 상담을 통해 이루어집니다. 정신요법을 통해 문제 해결법과 문제 대처법을 배울 수 있습니다.
- 전기경련요법 (ECT)은 우울증 치료약이나 기타 다른 치료법에 반응하지 않는 중증 우울증에 대한 안전하고 효과적인 치료법입니다. 이 ECT 치료법이 본인에게 알맞다고 권유하는 경우 담당 의사가 이에 대해 자세하게 알려드릴 것입니다.

많은 분들이 우울증 관리를 위하여 여러 가지 치료법을 병행하고 있습니다.

## 항우울제는 어떻게 작용합니까?

항우울제는 뇌 화학물질을 정상적인 수준으로 복원하고 유지하는데 도움이 됩니다. 일반적으로 우울증 증상을 관리하는데 효과가 있으며, 우울증 증상의 재발 방지도 도움이 됩니다.

## 항우울제를 처방하기 위해 담당 의사가 알아야 할 사항은 무엇입니까?

본인의 증상 및 과거에 앓았던 모든 질병을 포함한 병력에 대해 가능한 자세한 정보를 담당 의사에게 알려야 합니다.

또한 사용하고 있는 다른 약품 및 약초/한약에 대해서도 담당 의사에게 알려십시오. 이러한 약제들은 항우울증의 효과에 영향을 줄 수 있습니다.

항우울제 복용시 임신을 계획하고 있거나 아니면 이미 임신했거나 모유수유 중이라면, 담당 의사와 상의하시기 바랍니다.

## 얼마 동안 항우울제를 복용해야 하나요?

우울증약을 복용한다고 해서 증상이 즉시 사라지는 것은 아닙니다. 항우울제를 규칙적으로 수주간 복용해야 약품의 효과가 제대로 나타납니다. 또한 우울증으로부터 온전하게 회복하려면 항우울제를 당분간 지속적으로 복용해야 합니다. 복용량의 변경에 대해서는 담당 의사와 상의하시기 바랍니다.

## 항우울제에는 어떤 종류가 있습니까?

항우울제의 종류는 각기 다릅니다. 본인에게 가장 알맞은 약품을 알아내기 위해 담당 의사의 감독 하에 다양한 항우울제를 시험 복용해야 할 수도 있습니다.

## 항우울제의 일반적인 부작용은 무엇입니까?

상이한 항우울제마다 부작용은 개인에 따라 다르게 나타납니다. 부작용이란 특정 약품으로 인해 나타나는 원치 않는 반응입니다.

항우울제는 장기적 부작용을 일으키지 않는 것으로 알려져 있으며 중독성도 없습니다.

## 항우울제의 종류 및 해당 부작용

### 삼환 항우울증 (TCAs) 약품

삼환 항우울제는 매우 효과적일 수 있습니다.

일반명	상품명
아미트립틸린 (Amitriptyline)	엔덱 (Endep)
클로미프라민 (Clomipramine)	아나프라닐 (Anafranil)
도티에핀 (Dothiepin)	프로티아덴 (Prothiaden) 혹은 도텡 (Dothep)
독세핀 (Doxepin)	덱트란 (Deptran)
이미프라민 (Imipramine)	토프라닐 (Tofranil)
노르트립틸린 (Nortriptyline)	알레그론 (Allegron)

삼환 항우울제는 의사의 지시대로 복용하는 것이 중요합니다. 복용량을 임의대로 변경해서는 안됩니다. 삼환 항우울제를 처방량 이상 복용하면 위험할 수 있습니다.

### 선택적 세로토닌 재흡수 억제제 (SSRI)

#### 우울증의 증상은 다음과 같습니다:

이 항우울제는 세로토닌이라고 일컫는 특정 뇌 화학물질에 영향을 줍니다.

일반명	상품명
시탈로프람 (Citalopram)	시프라밀 (Cipramil)
에시탈로프람 (Escitalopram)	렉사프로 (Lexapro)
플록세틴 (Fluoxetine)	로반 (Lovan), 프로작 (Prozac)
플루보사민 (Fluvoxamine)	루복스 (Luvox)
파로세틴 (Paroxetine)	아로팍스 (Aropax)
세트랄린 (Sertraline)	졸로프트 (Zoloft)

삼환 항우울제의 일반적인 부작용은 다음과 같습니다:

- 졸음증
- 구강 건조
- 흐린 시야
- 배뇨 장애
- 어지럼증 (주위가 빙빙 도는 느낌)
- 체중 증가
- 성생활 문제
- 변비 (배변 장애)
- 빠르거나 불규칙한 심장박동

선택적 세로토닌 재흡수 억제제의 일반적인 부작용은 다음과 같습니다:

- 구역질과 구토증
- 소화불량 (상복부통, 트림, 식사시 헛배 부름)
- 복통
- 설사
- 변비 (배변 장애)
- 발진
- 과도한 땀
- 불안감
- 두통
- 수면 장애 혹은 졸음증
- 떨림
- 성생활 문제

### 세로토닌 및 노르아드레날린 재흡수 억제제 (SNRI)

세로토닌 및 노르아드레날린 재흡수 억제제는 세로토닌과 노르아드레날린이라는 두가지 두뇌 화학물질에 영향을 줍니다.

일반명	상품명
벤라팍신 (Venlafaxine)	이펙사 (Effexor) XR
데스벤라팍신 (Desvenlafaxine)	프리스티크 (Pristiq)
둘록세틴 (Duloxetine)	심발타 (Cymbalta)
레복세틴 (Reboxetine, NARI)	에드로낙스 (Edronax)

선택적 세로토닌 및 노르아드레날린 재흡수 억제제의 일반적인 부작용은 다음과 같습니다:

- 구역질과 구토증
- 어지럼증 (주위가 빙빙 도는 느낌)
- 수면 장애
- 특이한 꿈
- 다한증과도한 땀
- 변비 (배변 장애)
- 떨림
- 불안증
- 두통
- 성생활 문제

### 노르아드레날린 및 특정 세로토닌 항우울제 (NaSSA)

이 항우울제는 불안증이나 수면 장애가 있는 경우에도 처방할 수 있습니다. 이러한 종류의 약품 역시 세로토닌과 노르아드레날린이라는 두 가지 두뇌 화학물질에 영향을 줍니다.

일반명	상품명
멀타자핀 (Mirtazepine)	아반자 (Avanza)

선택적 노르아드레날린 및 특정 세로토닌 약품의 일반적인 부작용은 다음과 같습니다:

- 졸음증
- 식욕 및 체중 증가

### 모노아민 산화효소 억제제 (MAOI)

모노아민 산화효소 억제제 항우울제는 다른 종류의 항우울제 약품보다는 드물게 사용됩니다.

이 약품은 섭취하는 음식에 영향을 받을 수 있습니다. 따라서 이 종류의 약품을 복용할 경우 음식을 섭취에 상당한 주의를 기울여야 합니다. 담당 의사가 약품 복용시 피해야 할 음식물 목록을 알려드릴 것입니다.

본인 또한 약초/한약 등을 비롯한 다른 약품 복용에 상당한 주의를 기울여야 합니다. 이에 대해서는 담당 의사와 상의하시기 바랍니다.

일반명	상품명
페닐진 (Phenelzine)	나딜 (Nardil)
트라닐시프로민 (Tranylcypromine)	파네이트 (Parnate)
모클로베마이드 (Moclobemide, MAO 억제제)	오로릭스 (Aurorix), 모헥살 (Mohexal)

모노아민 산화효소 억제제 항우울제의 일반적인 부작용은 다음과 같습니다:

- 어지럼증 (주위가 빙빙 도는 느낌)
- 혈압의 변화
- 졸음증
- 수면 장애
- 두통
- 체내 부종 (예: 발 및 발목의 부기)
- 흐린 시야
- 체중 증가

## 상태가 좋아지면, 약 복용을 중단해도 됩니까?

약품은 반드시 의사의 지시대로 복용하셔야 합니다. 임의대로 복용량을 변경해서는 안됩니다. 약품 복용을 중단하기 전에 반드시 담당 의사와 상의하십시오. 갑자기 항우울제 복용을 중단하게 되면 심한 질환을 초래할 수 있습니다.