근육통약

요약

근육통약은 근육 부위 통증을 완화하고 증상을 개선하기 위해 사용하는 약물을 말한다. 근육통을 유발하는 원인은 매우 다양하며 일차적으로 근육통 유발 원인을 제거해야 한다. 주로 사용되는 근육통약으로는 진통제, 근이완제, 통증 부위에 붙이거나 바르는 국소용 진통제가 있다.

외국어 표기	muscle pain medicine(영어) 筋肉痛藥(한자)

동의어: myalgia medicine

유의어·관련어: 담결릴때 먹는약, 담 약, 진통제, painkiller, 근육이완제, muscle relaxants

근육통

근육통이란 목, 어깨, 팔다리, 근육, 건(인대), 신경, 작은 혈관과 이들 주변의 신체조직에서 발생하는 통증, 무감각, 쑤심, 얼얼함, 불편함 등을 말한다. 근육통이 발생하는 원인으로는 반복적인 동작, 근육을 무리하게 사용하는 경우, 다른 병력, 비만, 피로, 약물 부작용 등 매우 다양하고, 그중 주된 원인은 근육의 반복적이고 무리한 사용이다.

약리작용

근육통약은 경구로 복용하는 약으로는 통증을 완화하거나 차단하는 진통제, 근육을 이완시키는 근이완제가

©Copyright All Rights Reserved @ Korea Pharmaceutical Information Center Since 2000

있으며, 통증 부위에 직접 붙이거나 바르는 국소용 진통제가 있다.

진통제

근육의 통증에는 비스테로이드성 소염진통제(non-steroidal anti-inflammatory drugs, NSAIDs), 아세트아미노펜, 아편유사제 소염진통제 등 다양한 종류의 진통제를 사용한다. 많이 사용되고 있는 비스테로이드성 소염진통제는 염증, 발열, 통증 감각을 매개하는 화학전달물질인 프로스타글란딘*이 생성되는데 필요한 효소인 사이클로옥시게나제(cyclooxygenase, COX)를 저해하여 프로스타글란딘의 합성이 억제되면서 염증과 통증을 가라앉힌다. 아세트아미노펜은 약리기전이 명확히 밝혀지지 않았으나 현재까지의 연구결과에 따르면 중추에서 사이클로옥시게나제를 저해하고 신경전달물질인 세로토닌†을 조절하여 진통효과를 내는 것으로 알려져 있다. 진통제는 통증의 양상 및 환자의 특수성(나이, 특정 질환의 유무, 과민반응의 유무 등)에 따라 선택한다. 심한 통증에는 의사의 처방에 의해 아편유사제 소염진통제를 사용할수 있는데 이는 중추신경계에서 통증 자극전달 경로에 작용하여 진통 효과를 나타낸다. 아편에서 유래한 성분과 구조가 비슷하지만 다른 마약성 진통제에 비해 의존성과 부작용이 낮아서 국내에서는 마약성 진통제로 분류하지 않는다.

* 프로스타글란딘(prostaglandin): 생리활성 호르몬으로 인체 내 여러 조직에 분포하며, 통증 유발, 염증반응 조절, 발열, 혈관 수축 또는 확장, 혈소판 응집 촉진이나 억제, 분만 유도 등의 다양한 기능을 한다.

† 세로토닌(serotonin): 행복 호르몬이라 불릴 만큼 감정 조절에 중요한 역할을 하는 신경전달물질이다. 식사, 수면, 통증 조절 등에도 관여한다.

근육이완제

근육을 이완시키는 작용을 하는 약물이다. 약리기전에 따라 크게 중추성, 말초성, 근소포체* 억제성 근이완제 3가지로 분류할 수 있고 중추성 근이완제가 주로 근육통약으로 사용된다. 중추성 근이완제는 감각신경과 운동신경을 이어주는 역할을 하는 신경세포에 작용하여 반사를 억제하고 근육의 이완 작용을 나타낸다.

* 근소포체: 근섬유 세포질 내에 존재하는 활면소포체. 근육의 수축, 이완에 작용하는 칼슘이온과 결합 또는 방출한다.

국소용 진통제

환부에 바르거나 붙이는 형태의 국소적용 진통제이다.

©Copyright All Rights Reserved @ Korea Pharmaceutical Information Center Since 2000

종류

진통제

근육통에 사용되는 비스테로이드성 소염진통제는 이부프로펜, 나프록센, 록소프로펜 등이 있고, 프로스타글란딘의 합성을 저해하므로 소염작용이 있어 근육, 건(인대), 신경 등 신체조직에서 발생하는 염증을 완화하는데 도움이 된다. 아세트아미노펜은 프로스타글란딘 합성에 관여하지 않아 소염작용은 없다. 또한, 아스피린성 천식이나 위장장애도 없으며 혈압이나 혈당에 대한 영향도 적다. 의사의 처방이 필요한 전문의약품인 아편유사제 소염진통제는 단일제 또는 아세트아미노펜과의 복합제가 있다.

Table 1. 근육통에 사용되는 진통제의 종류

계열	성분	상품명 예
비스테로이드성 소염진통제	이부프로펜	부루펜®
	덱시부프로펜	애니펜®
	나프록센	아나프록스®
	록소프로펜	록프로펜®
	아세클로페낙	에어탈®
아세트아미노펜	아세트아미노펜	타이레놀이알®
아편유사제 소염진통제	트라마돌	트리돌®
	트라마돌/아세트아미노펜	울트라셋®

근이완제

근육통에 사용되는 근이완제는 중추성 근육이완제로서 대부분은 의사의 처방이 필요한 전문의약품이며, 일반의약품으로는 클로르족사존 성분이 있고 단일제와 복합제가 있다. 그 외 근육이완제로 분류되지는 않지만, 항불안제인 디아제팜도 다른 중추성 근육이완제처럼 중추신경계에 작용하여 근육 이완 작용을 나타내기도 한다.

Table 2. 대표적인 중추성 근육이완제의 종류

성분	상품명 예
바클로펜	프렉스®
메토카르바몰	카르몰®
오르페나드린	올페드린®

©Copyright All Rights Reserved @ Korea Pharmaceutical Information Center Since 2000

에페리손	엑소페린®
티자니딘	실다루드® 등
클로르족사존	한미리렉스®
클로르족사존/아세트아미노펜	셀라펜®

국소용 진통제

환부에 붙이거나 바르는 국소용 진통제로는 살리실산 함유 제제와 케토프로펜 등의 비스테로이드성 소염진통제 성분 함유 제제가 있다. 살리실산은 피부 3~4 mm 깊이로 흡수되어 항염증 효과를 나타내고 피부자극 효과가 있어 반대자극제(아픈 부위를 자극하여 통증으로 인한 아픔을 줄여주는물질)의 역할을 한다. 살리실산 함유 국소용 진통제에 포함된 캄파, 멘톨 성분 또한 반대자극제로 작용한다. 비스테로이드성 소염진통제가 함유된 국소용 진통제는 환부에 일정 농도로 약효를 유지할 수 있으면서 전신 이상반응을 감소시킬 수 있고 간 초회통과효과*가 없는 장점이 있다. 지속시간이 다르므로 용법에 주의한다. 첩부제(플라스타, 바로 떼어 붙이는 반창고 형태), 습포제(카타플라스마, 수분이 함유된 접착면에 의약품이 도포된것으로 찜질효과가 우수함), 겔, 크림 등 다양한 제형이 있다.

* 간 초회통과효과 : 체내에 투여된 약물이 순환계에 들어가기 전에 간에서 대사되는 현상

Table 3. 근육통에 많이 사용되는 국소용 진통제의 종류

구분	성분	상품명 예
살리실산 함유 제제	살리실산 외	멘소래담®
		신신파스-아렉스®
		미니온®
비스테로이드성 소염진통제	피록시캄	트라스트®
		노펜피록시캄®
	케토프로펜	케토톱®
	플루르비프로펜	푸로탑®
	디클로페낙 디에틸암모늄	볼타렌®

©Copyright All Rights Reserved @ Korea Pharmaceutical Information Center Since 2000

효능·효과

근육통에는 일차적으로 진통제를 사용한다. 긴장된 근육의 수축으로 통증이 나타날 때 근이완제를 단독사용 또는 병용할 수 있다. 근육통약의 경구 복용이 불가능한 경우 국소용 진통제를 사용하거나 심한 통증에 경구제와 병용할 수 있다. 경구제와 국소용 진통제를 같이 사용하는 경우에는 피부를 통한 약물의 흡수를 완전히 배제할 수 없으므로 고위험군 환자는 전문가와 상의하도록 한다.

용법

근육통약은 종류에 따라 용법이 다르다. 본문에 언급된 내용 외의 상세한 정보는 제품설명서 또는 제품별 허가정보에서 확인할 수 있다.

• 진통제는 근육이 손상을 입었을 때 일차적으로 사용하며 수면 진정성분이나 카페인 등이 배합된 복합제도 많으므로 환자의 상태와 증상에 맞추어 전문가와 상의하에 선택하여야 한다.

• 클로르족사존은 하루 200mg ~400mg을 3~4회 복용한다. 클로르족사존을 제외한 대부분의 근이완제는 의사의 지시대로 사용한다.

• 국소용 진통제의 겔, 크림, 로션은 적당량을 환부에 바르고 잘 스며들도록 가볍게 문지른다. 파스의 경우 약면의 박리지를 벗긴후 환부에 1일 1회 또는 2회 부착한다.

부작용

진통제

• 비스테로이드성 소염진통제는 위장장애, 위염, 위궤양, 위출혈 등 위장관계 부작용 또는 심혈관계 질환, 신장 부작용 발생 위험성을 증가시킬 수 있다.

• 아세트아미노펜은 과다복용 시 간손상을 유발할 수 있다.

©Copyright All Rights Reserved @ Korea Pharmaceutical Information Center Since 2000

• 아편유사제 소염진통제는 어지러움, 두통, 불면증, 졸림 등의 중추신경계 부작용 또는 오심, 변비 등의 위장관계 부작용 등이 발생할 수 있다

근육이완제

• 중추성 근이완제의 대표적인 부작용은 졸음, 어지럼증이고, 드물지만 심각한 간세포 독성이 발생할 수 있으므로 주의해야 한다.

국소용 진통제

• 발진, 발적, 가려움 등의 증상이 나타날 수 있다.

그 외에 부작용에 관한 상세한 정보는 제품설명서 또는 제품별 허가정보에서 확인할 수 있다. 부작용이 발생하면 의사, 약사 등 전문가에게 알려 적절한 조치를 취할 수 있도록 한다.

주의사항

진통제

• 비스테로이드성 소염진통제는 적어도 6시간 이상 간격을 두고 복용하도록 하며, 감기약이나 두통약에도 비슷한 성분이 포함되어 있으므로 필요 시 의사 또는 약사와 상의하여 중복해서 복용하지 않도록 주의해야 한다.

• 술을 하루 세잔 이상 정기적으로 마시는 사람이 아세트아미노펜을 복용할 경우 간손상이 유발할 수 있고, 비스테로이드성 소염진통제를 복용할 경우 위장 출혈을 유발할 수 있다. 따라서 복용 전에 의사 또는 약사와 상의해야 한다.

• 아세트아미노펜의 일일 최대 용량은 4000 mg이며, 이를 초과하여 복용할 경우 간손상이 나타날 수 있다. 따라서 아세트아미노펜이 함유된 다른 의약품과 함께 복용하지 않도록 한다.

• 간질환 또는 신장질환이 있는 환자의 경우 진통제 복용 전에 의사 또는 약사와 상의해야 한다.

©Copyright All Rights Reserved @ Korea Pharmaceutical Information Center Since 2000

근이완제

• 졸음, 어지러움증이 생길 수 있어 운전이나 기계 조작에 주의한다.

• 근이완제를 복용하는 동안에 알코올을 섭취하면 진정작용이 과도하게 나타날 수 있으므로 주의한다.

국소용 진통제

• 비스테로이드성 소염진통제 함유 외용제는 아스피린성 천식 환자에게 발작을 일으킬 수 있으므로 투여하지 말아야 한다.

• 사우나, 온찜질 전후에는 피부각질이 약해지고 내피가 손상되기 쉬우니 주의하여 사용한다.

상호작용

• 중추성 근이완제는 음주 또는 페노치아진계 약물(클로르프로마진 등), 중추신경억제제(바르비탈계 약물 등), MAO억제제와 병용시 상호작용이 증강될 수 있으므로 이러한 경우에는 투여하지 않는 것이 바람직하나 부득이 병용해야 할 경우에는 전문가와 상의 후 신중히 투여한다.

©Copyright All Rights Reserved @ Korea Pharmaceutical Information Center Since 2000