



# 변비약

## 요약

변비약은 변비를 해소하고 변비로 인한 증상을 개선하는 약물이다. 하제 또는 완화제라고도 한다. 작용 기전에 따라서 팽창성 하제, 삼투성 하제, 자극성 하제 등으로 나눈다. 변비약을 투여하기 전 섬유질이 풍부한 식사와 물 섭취, 운동 등의 비약물요법을 먼저 시행하는 것이 좋다. 변비약을 장기간 투여하지 않도록 하며, 증상이 개선되지 않으면 의사 또는 약사와 상의하도록 한다.

## 외국어 표기

laxatives(영어)  
便秘藥(한자)

동의어: 변비 치료제, 便秘治療劑, constipation medicine, 하제, 下劑, 완하제, 緩下劑

유의어·관련어: stool softner, 관장약, 灌腸藥, enema

## 변비

변비는 배변 횟수가 적거나(보통 3~4일에 한 번 미만), 배변이 힘든 경우를 말한다. 변비는 매우 흔한 증상으로 나이에 따라 증가하는 편이며 남자보다는 여자에게 흔하게 발생한다.

변비는 원인을 알 수 없는 1차성 변비와 질환, 약물 등으로 인한 2차성 변비로 나눌 수 있다. 2차성 변비를 일으키는 질환으로는 대사성 질환(갑상선기능저하증, 당뇨병, 고칼슘혈증 등), 근육병증, 신경계 질환(치매, 파킨슨병\*, 다발성 경화증†, 척수 손상 등)과 정신적 질환(우울증과 거식증), 대장암 등이 있다. 변비를 일으

키는 약물로는 항콜린약<sup>†</sup>, 마약성 진통제, 칼슘차단제<sup>§</sup>, 항우울제, 항히스타민제, 진경제, 항경련제, 알루미늄 성분의 제산제와 철분제 등이 있다. 변비를 치료하기에 앞서 변비를 유발할 수 있는 질병이나 복용하는 약물이 있는지 먼저 확인해야 한다.

변비는 배변 습관을 변화시키고 운동이나 식이섬유가 풍부한 식사를 함으로써 어느 정도 해소될 수 있다. 그럼에도 불구하고 변비가 해소되지 않으면 약물치료를 시작한다. 만일 급격한 체중감소, 혈변, 발열 등의 증상이 동반되는 경우, 대장암이나 염증성 장질환의 병력 및 가족력이 있는 경우, 고령자인 경우, 다른 질환이 의심되는 경우에는 병원을 방문하여 의사와 상의하는 것이 좋다.

\* 파킨슨병(Parkinson's disease): 뇌 속에 있는 도파민은 신체 운동에 필요한 신경전달물질이다. 파킨슨병은 뇌의 특정 부위에서 도파민을 분비하는 신경세포가 원인 모르게 서서히 소실되어 가는 질환으로, 느린 움직임, 안정 시 떨림, 근육 강직, 자세 불안정 등의 증상이 발생한다.

† 다발성 경화증(multiple sclerosis): 중추신경계의 가장 흔한 만성 염증성 질환이다. 원인은 정확하게 알려지지는 않았지만, 중추신경계 여러 부위에 신경을 둘러싸고 있는 수초가 손상되어 뇌로부터 신체의 여러 부분으로 가는 신경 자극의 전달이 방해되어 나타나는 것으로 여겨진다. 감각 및 운동 마비 등이 나타난다.

‡ 항콜린약(anticholinergic drug): 부교감신경 말단에서 분비되는 신경전달 물질인 아세틸콜린(acetylcholine) 수용체를 차단하여 그 작용을 억제하는 약물들을 칭한다. 수면장애, 우울증, 파킨슨병, 정신질환, 근육경련, 과민성 방광 등 다양한 질환에 항콜린성을 갖는 약물들이 사용된다. 부작용으로는 흥분, 혼동, 섬망, 인지기능 저하, 변비, 구강 건조, 서맥, 뇨 저류 등이 있으며 약물별 항콜린 강도에 따라 다르다.

§ 칼슘차단제: 칼슘채널 차단제라고도 한다. 심장과 혈관 평활근 세포막에 존재하는 칼슘채널(통로)을 차단하여, 심근과 혈관 평활근 수축에 필요한 칼슘의 유입을 억제한다. 이로써 심근의 수축력을 감소시키거나 혈관을 확장시켜 혈압을 낮춘다.

## 효능·효과

변비를 해소시키고, 변비와 관련된 증상(식욕부진, 복부팽만, 장내 이상발효, 치질 등)을 완화시킨다.

## 약리작용

변비약은 팽창성 하제, 삼투성 하제, 자극성 하제로 구분할 수 있다. 일반적으로 팽창성 하제를 우선 사용하

고, 효과가 없으면 삼투성 하제를 사용하며, 이에도 반응하지 않으면 자극성 하제를 사용할 수 있다. 그 외에도 관장약, 위장운동 촉진제를 투여할 수 있으며, 유산균의 복용도 도움을 줄 수 있다.

### 팽창성 하제

식이섬유가 수분을 흡수해 변의 부피를 팽창시키고 변을 부드럽게 하는 약이다. 변이 딱딱하고 양이 적은 경우에 투여하면 대변의 양을 늘려 변의(배변하고자 하는 느낌)를 느끼게 한다.

### 삼투성 하제

삼투성 하제는 장에서 흡수는 되지 않고, 삼투압에 의해 대장 내 수분을 증가시킴으로써 변을 무르게 한다.

### 자극성 하제

작용기전은 명확하게 밝혀져 있지 않지만 장 점막을 직접 자극해 장운동을 촉진하는 약이다. 효과가 강하고 빠른 편이지만, 장기간 사용하면 수분과 전해질의 손실, 지방변, 약물에 대한 의존도 증가 등을 일으킬 수 있으므로 팽창성 하제나 삼투성 하제로 환자의 증상이 호전되지 않는 경우에 단기간 사용한다.

### 기타

관장약은 직장으로 약물을 주입하는 제형으로서, 직장을 팽창시켜 장운동을 촉진하거나 장점막을 자극함으로써 배변을 일으킨다. 변비의 해소뿐 아니라 외과수술이나 내시경 검사 시의 장세척 목적으로도 사용한다.

유산균은 프로바이오틱스라고도 하며 장내에서 발효하여 젖산을 생성하는 세균의 총칭이다. 젖산은 변비 환자에서 대장 평활근의 운동을 원활하게 하며, 변비를 유발하는 세균의 성장을 억제한다. 변비 치료에 있어서 유산균의 효과는 균주 및 용량 등에 따라 다르게 나타날 수 있다. 다른 변비약과 함께 사용할 수 있다.

프루칼로프라이드는 세로토닌\* 수용체에 선택적으로 작용하여 위장관 운동을 촉진시킴으로써 변의 대장 통과 시간을 단축시킨다.

도큐세이트는 계면활성제로서 표면 장력을 줄여 대변을 부드럽게 하는 대변 연화제이다. 또한, 소장과 대장에서 수분 흡수를 증가시켜 배변을 돕는다.

\* 세로토닌(serotonin): 뇌의 시상하부에 존재하는 신경전달물질로서 행복감, 포만감 등을 느끼게 한다.

## 종류

### 팽창성 하제

섬유소 성분인 차전자피(질경이 씨앗의 껍질), 폴리카르보필 등이 있다. 평소 식이성 섬유를 충분히 섭취하지 못하는 환자에게 유용하다.

### 삼투성 하제

무기염류인 마그네슘염, 인산염, 비흡수성 다당류인 락툴로오스, 락티톨, 고분자 물질인 폴리에틸렌글리콜 등이 해당된다. 고분자 화합물인 폴리에틸렌글리콜은 다른 삼투성 하제에 비해 전해질 이상, 수액 과다, 탈수 등의 위험성이 적은 편이다.

### 자극성 하제

단일제로는 비사코딜, 피코실페이트, 센노사이드 등이 있으며, 센나, 알로에, 카산트라놀, 카스카라, 대황 등은 다른 약물과 함께 복합되어 사용된다.

### 기타

관장약으로 보통 윤활제인 글리세린, 삼투성 하제인 소르비톨, 인산염(인산일수소나트륨, 인산이수소나트륨) 등이 단독으로 혹은 복합되어 사용된다. 심한 변비에 사용할 수 있으나, 직장 점막에 손상을 유발할 수 있으므로 규칙적인 사용은 피하는 것이 좋다.

변비 치료에 사용되는 유산균에는 바실루스 서브틸리스(메디락디에스®), 엔테로코쿠스 페숨(벤투룩스®), 락토 바실루스 아시도필루스(안티비오®), 사카로마이세스 보울라르디(비오플®) 등이 있다.

위장운동 촉진제인 프루칼로프라이드는 기존의 하제 투여로 증상 완화에 실패한 성인에서 만성 변비 증상의 치료에 사용된다. 투여 후 4주 이내에 효과가 없다면 재평가를 통해 투약 지속 여부를 재고해야 한다.

Table 2. 국내 시판 중인 변비약(단일제)과 제품 예

구분	약물	제품 예	전문/일반
팽창성 하제	차전자피	아락실®, 무타실®	일반
	폴리카르보필	실콘®	전문

삼투성 하제	마그네슘 염류	산화마그네슘 수산화마그네슘	마그밀에스® 마그밀®	일반 일반
	다당류	락툴로오스	듀파락이지®	일반
		락티톨	락티톨®	일반
	고분자물질	폴리에틸렌글리콜	마크로골®	일반
자극성 하제	비사코딜		둘코락스®	일반
	피코실페이트		피코락®	일반
	센노사이드		소프트모닝®	일반
기타	글리세린		그린관장약®	일반
	프루칼로프라이드		레졸로®	전문
	도큐세이트		그린모닝®	일반

## 용법

변비약의 용법은 약물, 제형에 따라 다양하다. 팽창성 하제, 산제(가루약)는 적당량의 수분과 함께 섭취하도록 한다.

그 외 자세한 사항은 제품설명서 또는 제품별 허가정보에서 확인할 수 있다.

## 부작용

변비약 투여 시 발생 가능한 주요 부작용은 다음과 같다.

- 팽창성 하제는 과민반응, 가스, 복부팽만, 복통, 설사, 구토, 대장 폐쇄 등을 일으킬 수 있다.
- 마그네슘 염류는 설사, 고마그네슘혈증을 일으킬 수 있다.
- 비흡수성 다당류와 폴리에틸렌글리콜은 복부 팽만감, 장경련, 복통, 방귀, 설사, 체액 손실, 전해질 이상,

식욕부진, 구역, 구토 등을 일으킬 수 있다.

- 자극성 하제는 알레르기, 심한 복통, 설사, 구역, 구토, 복부 불편감 등을 일으킬 수 있으며, 장기 투여 시 흡수 장애, 전해질 이상, 남용 및 대장 흑색증 등을 일으킬 수 있다.
- 프루칼로프라이드는 두통, 구역, 복통, 설사, 소화불량, 직장 출혈, 빈뇨증, 어지러움, 피로 등을 일으킬 수 있다.

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

## 주의사항

- 변비약은 일시적인 증상의 완화목적으로 투여하는 것으로 장기간 투여하는 것은 바람직하지 않다. 7일 정도 투여하여도 증상의 개선이 없을 경우에는 투여를 중지하고 의사 또는 약사와 상의하도록 한다.
- 팽창성 하제는 급성 복부질환(충수염, 장출혈, 궤양성 결장염 등) 환자, 장 폐색, 위장관 협착, 변이 축적된 환자에게는 투여해서는 안 된다.
- 마그네슘 염류를 신장에 환자 또는 소아에게 투여 시 고마그네슘혈증(약화, 구토, 어지러움, 호흡곤란, 저혈압, 부정맥, 심정지 등)을 유발할 수 있으므로 투여해서는 안 된다. 심기능장애 환자, 고마그네슘혈증 환자에게는 신중히 투여해야 한다.
- 삼투성 하제와 자극성 하제는 염증성 대장 질환 환자(궤양성 대장염, 크론병), 장 폐색 환자, 소화관 천공 환자 또는 그 위험이 있는 환자, 원인을 알 수 없는 복통 환자에게 투여하지 않도록 한다.
- 비흡수성 다당류와 폴리에틸렌글리콜은 임부, 수유부, 영·유아 및 소아, 고령자, 당뇨병 환자에게 투여할 수 있으나, 신중히 투여해야 한다.
- 비흡수성 다당류와 폴리에틸렌글리콜을 장기간 또는 과량투여 시, 체액 손실 및 전해질 이상이 나타날

수 있다. 고령자, 간기능, 신기능이 손상된 환자 등 전해질 불균형이 일어나기 쉬운 환자에게는 신중히 투여해야 한다.

- 프루칼로프라이드는 신장에 환자에게 투여하지 않도록 한다.

## 상호작용

- 폴리카르보필은 다른 약물의 흡수를 저하시킬 수 있으므로 다른 약물과 2시간 이상의 간격을 두고 복용하도록 한다.
- 마그네슘 염류는 테트라사이클린계 항생물질의 흡수를 방해할 수 있다.
- 프루칼로프라이드는 QT 간격\*의 연장을 일으키는 약물과 병용 시 주의를 기울여야 한다.

\* QT 간격: 심전도에서 Q파 시작부터 T파 종료까지의 간격으로, 심실근의 흥분이 시작된 후 종료될 때까지의 시간을 말한다. QT 간격이 연장되면 심박동이 비정상적으로 매우 빠르고 무질서해져 경련, 실신, 사망 등 치명적인 결과를 초래할 수 있다. QT 간격을 연장시키는 약물에는 아미오다론(항부정맥약), 아미트리프틸린(항우울약) 등이 있다.