

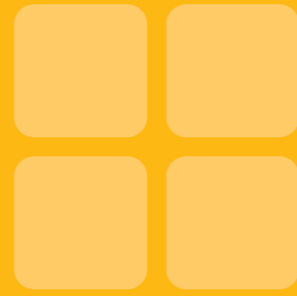
행정간행물등록번호  
11-1470000-001430-01

# 살 빼는 약 바로 알고 복용하세요!

| 소비자용 | 살 빼는 약에 대한 알기 쉬운 정보

안심주고 기쁨주는 식약안전의 첫단추





# CONTENT

## I. 비만과 살 빼는 약

Q 1. 비만이란?	4
Q 2. 살 빼는 약, 어떤 건가요?	5
Q 3. 식약청에서 허가받은 살 빼는 약에는 어떤 것이 있나요?	6
Q 4. 살 빼는 약, 어디서 구하나요?	7
Q 5. 나도 살 빼는 약을 먹어야 할까요?	8
Q 6. 살 빼는 약, 얼마동안 먹어도 되나요?	9
Q 7. 살 빼는 약을 먹다가 끊으면 다시 살이 찌나요?	10
Q 8. 살 빼는 약, 어린이나 청소년이 먹어도 되나요?	11

## II. 살 빼는 약, 부작용은?

Q 9. 살 빼는 약, 약물마다 부작용이 다른가요?	13
Q10. 살 빼는 약, 약물 복용기간에 따라 부작용이 달라지나요?	14
Q11. 살 빼는 약, 약물 과량사용하면 어떤 증상이 나타나나요?	15
Q12. 살 빼는 한약, 부작용 있나요?	16
Q13. 출산 후 모유를 먹고 있는데 살 빼는 약 먹어도 될까요?	17
Q14. 살 빼는 약을 먹으면 안 되는 사람이 있나요?	18

## III. 살 빼는 약, 꼭 알아야할 점은?

Q15. 비만치료시 의사에게 꼭 이야기해야 되는 것은?	20
Q16. 살 빼는 약 복용시 꼭 지켜야 되는 것은?	21
Q17. 살 빼는 약과 관련된 속설, 정말인가요?	22

# I 비만과 살 빼는 약



Q 1. 비만이란?
Q 2. 살 빼는 약, 어떤 건가요?
Q 3. 식약청에서 허가받은 살 빼는 약에는 어떤 것이 있나요?
Q 4. 살 빼는 약, 어디서 구하나요?
Q 5. 나도 살 빼는 약을 먹어야 할까요?
Q 6. 살 빼는 약, 얼마동안 먹어도 되나요?
Q 7. 살 빼는 약을 먹다가 끊으면 다시 살이 찌나요?
Q 8. 살 빼는 약, 어린이나 청소년이 먹어도 되나요?

## Q1 비만이란?

A 1 • 몸에 지방이 필요이상으로 있는 상태를 말합니다.

국제보건기구(WHO) 기준에서는 체중(kg)을 키(m)의 제곱으로 나눈 체질량지수(Body Mass Index : BMI)가 30 kg/m<sup>2</sup> 이상인 사람을 비만, BMI가 25~30 kg/m<sup>2</sup> 이면 과체중이라고 정하고 있습니다.



[체질량지수(BMI, kg/m<sup>2</sup>)]

체중(kg)	키 (cm)						
	150	160	170	175	180	185	190
60	26.7	23.4	20.8	19.6	18.5	17.5	16.6
65	28.9	25.4	22.5	21.2	20.1	19.0	18.0
70	31.1	27.3	24.2	22.9	21.6	20.5	19.4
75	33.3	29.3	26.0	24.5	23.1	21.9	20.8
80	35.6	31.3	27.7	26.1	24.7	23.4	22.2
85	37.8	33.2	29.4	27.8	26.2	24.8	23.5
90	40.0	35.2	31.1	29.4	27.8	26.3	24.9
95	42.2	37.1	32.9	31.0	29.3	27.8	26.3
100	44.4	39.1	34.6	32.7	30.9	29.2	27.7
105	46.7	41.0	36.3	34.3	32.4	30.7	29.1
110	48.9	43.0	38.1	35.9	34.0	32.1	30.5
120	53.3	46.9	41.5	39.2	37.0	35.1	33.2

※ 한편, 대한비만학회에서는 체질량지수(BMI) 25kg/m<sup>2</sup> 이상을 비만이라고 정의하고 있습니다.

## Q2 살 빼는 약, 어떤 건가요?

A 2 • 흔히 말하는 살빼는 약의 전문용어는 "비만치료제" 또는 "체중조절 약"이며 구체적으로 식욕억제제와 지방분해효소억제제 두 종류가 있습니다.

- ▶ 식욕억제제는 배가 고프지 않거나 또는 배가 부르다고 느껴 음식을 덜 먹게 하는 약을 말합니다.
- ▶ 지방분해효소억제제는 음식으로 몸에 들어온 지방이 분해되어 몸에 흡수되는 것을 방해함으로써 지방이 몸에 흡수되지 않고 밖으로 나가게 하는 약을 말합니다.



### Q3 식약청에서 허가받은 살 빼는 약에는 어떤 것이 있나요?

- A 3
- ▶ 식욕억제제로 펜터민, 펜디메트라진, 디에칠프로피온, 마진돌, 시부트라민 성분 약이 있고,
  - ▶ 지방분해효소억제제로 오르리스타트 성분 약이 있습니다.
  - ▶ 간혹 우울증치료제, 간질치료제, 당뇨병치료제, 감기약 등을 살빼는 목적으로 사용하여 사회문제가 되고 있는데, 이 성분들은 살빼는 약으로 허가받은 것이 아닙니다.
  - ▶ 생약성분으로 허가받은 살빼는 약의 성분은 방풍통성상건조엑스, 오르소시폰가루+다엽가루, 그린티엑스 등이 있습니다.

▶ 건강기능식품으로 허가 받은 살빼는 약의 성분은 히비스쿠스추출물등복합물과 공액리놀레산(CLA)의 2종류가 있습니다.



### Q4 살 빼는 약, 어디서 구하나요?

- A 4
- 살빼는 약은 전문의약품으로 병원에서 의사의 진료를 받고 처방을 받아 약국에서 약사의 조제를 받아야 합니다.

인터넷이나 홈쇼핑, 방문판매, 처방전 없이 사는 약은 의약품이 아니며 살빼는 약이라고 칭하지만 실제로는 식품 또는 무허가 의약품인 경우가 있습니다.

- ▶ 비만치료제로 허가되지 않은 제품을 오남용하여 생기는 부작용이 최근 사회문제로 크게 부각되고 있습니다.



## Q5 나도 살 빼는 약을 먹어야 할까요?

A 5 • 식이요법이나 운동요법만으로 효과가 없는 경우, **당신의 체질량지수가 다음과 같다면, 의사와 상담하여 살빼는 약 치료를 시작할 수 있습니다.**

- ▶ 체질량지수(BMI)가  $30\text{kg/m}^2$ 을 넘는 경우
- ▶ 고혈압, 당뇨, 고지혈증 증상이 있는 환자의 경우는 체질량지수(BMI)가  $27\text{kg/m}^2$ 을 넘을 때

비만치료로서 약물치료를 할 때, 식이요법 또는 운동요법과 병행하는 것이 중요합니다.



## Q6 살 빼는 약, 얼마동안 먹어도 되나요?

A 6 • 살 빼는 약의 복용기간은 살이 빠지는지, 다른 부작용이 없는지에 따라 달라집니다.

- ▶ **항정신성 식욕억제제(펜터민, 디에칠프로피온, 펜디메트라진, 마진돌)**은 4주 이내 복용이 권장됩니다.
- ▶ 다만, 의사 판단에 따라 조금 더 복용할 수도 있으나 **3개월을 넘길 경우 심각한 부작용(폐동맥, 고혈압, 심장질환 등)**이 생길 수 있습니다.
- ▶ **시부트라민**은 3개월 정도를 보아 가면서 의사 판단에 따라 치료를 계속할지 중단할지를 정하여야 합니다.



### Q7 살 빼는 약을 먹다가 끊으면 다시 살이 찰까요?

A 7 • 살 빼는 약을 먹는 동안에는 음식을 평소보다 적게 먹게되거나 지방이 몸에 잘 흡수되지 않아 체중이 빠지게 됩니다.

따라서 약을 끊고 나서 약을 먹기 전처럼 식사를 많이 하고 운동을 안하면 대부분의 경우 살이 다시 찹니다.

그렇다고 살 빼는 약을 계속 먹으면 비만보다 더 큰 부작용을 얻게 됩니다.

따라서 꾸준히 음식을 조절하고 운동을 계속하여야 합니다.



### Q8 살 빼는 약, 어린이나 청소년이 먹어도 되나요?

A 8 • 오르리스타트 성분의 약은 12세 이상의 청소년에게도 사용할 수 있으나 그 외의 성분 약은 16세 미만에는 사용이 허가되어 있지 않습니다.

따라서 12세 이하의 어린이는 살 빼는 약을 복용하지 않도록 하여야 합니다.



# III 살 빼는 약, 부작용은?

## II 살 빼는 약, 부작용은?

### Q9 살 빼는 약, 약물마다 부작용이 다른가요?

- A9
- 항정신성 식욕억제제는 **남용**과 **습관성**을 나타냅니다. 또한 **중추신경을 흥분시켜 두근거림, 혈압상승, 가슴통증, 불안, 현기증, 불면** 등과 같은 부작용을 나타낼 수 있습니다.
  - ▶ **지방분해효소억제제**는 **위장관계** 부작용이 나타날 수 있습니다.

- Q9. 살 빼는 약, 약물마다 부작용이 다른가요?
- Q10. 살 빼는 약, 약물 복용기간에 따라 부작용이 달라지나요?
- Q11. 살 빼는 약, 약물 과량사용하면 어떤 증상이 나타나나요?
- Q12. 살 빼는 한약, 부작용 있나요?
- Q13. 출산 후 모유를 먹이고 있는데 살 빼는 약 먹어도 될까요?
- Q14. 살 빼는 약을 먹으면 안 되는 사람이 있나요?



### Q10 살 빼는 약, 약물 복용기간에 따라 부작용이 달라지나요?

- A 10
- 항정신성 식욕억제제는 일반적으로 4주간 복용을 권하는데 의사 판단에 따라 좀 더 복용할 수도 있습니다.
  - ▶ 무엇보다도 장기간 복용 후 중단할 경우 극도의 피로와 정신적 우울증, 수면에 변화가 생길 수 있습니다.
  - ▶ 이 약의 만성 중독 증상으로는 중증의 피부병, 불면, 자극과민, 신체기능의 과도한 증가, 성격 변화, 정신분열병 유사 정신이상 등이 있습니다.



### Q11 살 빼는 약, 약물 과량사용 하면 어떤 증상이 나타나나요?

- A 11
- 과량 사용시 불안, 의식을 잃음, 사지떨림, 호흡이 빨라짐, 혼란, 환각상태, 공격성, 공포로 인한 심리적 불안 상태가 나타날 수 있으며, 치명적인 중독시 사망할 수도 있습니다.
- 또한 부정맥, 고혈압 또는 저혈압 등 순환계 이상과 메스꺼림, 구토, 설사, 복부 근육 수축, 떨림 등이 나타날 수 있습니다.



항정신성 식욕억제제는 심한 경우 심장과 폐와 관련된 심각한 부작용이 나타날 수 있습니다. 따라서 이 약을 먹은 후 위와 같은 부작용이 생기면 즉시 복용을 중지하고 전문의와 반드시 상담하여야 합니다.

## Q12 살 빼는 한약, 부작용 있나요?

A 12 • 물론 부작용이 있을 수 있습니다.

- ▶ 요즘 마황이 살 빼는 데 효과가 있다고 알려져 남용되는 일이 많은데 마황은 발한, 진해, 거담, 이수작용이 있어 천식, 기침, 감기에 처방되며 비만치료를 위해 사용하지 않습니다.
- ▶ 또한 마황은 체질이 약하여 평소 땀을 흘리지 않거나 식은땀을 자주 흘리거나 성격이 급하고 활동량은 많은데 불면증이 있는 사람에게는 금기인 한약입니다.
- ▶ 이와 같이 한약에는 고유의 금기사항이 있으므로 반드시 전문가와 상의하여 복용하여야 합니다.



## Q13 출산 후 모유를 먹이고 있는데 살빼는 약 먹어도 될까요?

A 13 • 살 빼는 약은 모유를 통하여 아기에게 전달될 수 있습니다. 따라서 임신 또는 수유를 하고 있는 여성은 태아 또는 아기에게 영향을 미칠 수 있으므로 살 빼는 약을 복용해서는 안됩니다.



## II 살 빼는 약, 부작용은?

### Q14 살 빼는 약을 먹으면 안 되는 사람이 있나요?

A 14 다음의 질환 및 상황과 관련이 있는 사람들은 살 빼는 약을 먹으면 위험하니 반드시 의사와 상의해야 합니다.

- 동맥경화증
- 심혈관계 질환
- 중등도 · 중증의 고혈압, 폐동맥 고혈압
- 갑상선기능항진증
- 이약에 대한 과민증
- 교감신경 흥분성 아민류에 특이체질
- 녹내장, 불안 및 흥분상태
- 약물남용 병력
- 14일 이내에 우울증 치료제(MAO 억제제)를 복용한 경우
- 다른 식욕억제제를 복용하는 경우
- 16세 이하



## III 살 빼는 약, 꼭 알아야 할 점은?

Q 15. 비만치료시 의사에게 꼭 이야기해야 되는 것은?

Q 16. 살 빼는 약 복용시 꼭 지켜야 되는 것은?

Q 17. 살 빼는 약과 관련된 속설, 정말인가요?

### Q15 비만치료 시 의사에게 꼭 이야기해야 되는 것은?

A 15 • 비만으로 의사의 진료를 받을 때 **현재 질병, 과거 병력, 복용 중인 약 및 건강식품 등을 모두 이야기하여야 합니다.**

또한 최근 1년 이내에 살 빼는 약을 복용한 경험이 있는 경우는 **복용했던 시점과 약물 이름을 알려주셔야 됩니다. 일반적으로 약물 알려 지나 과민증이 있는 경우에도 말씀하셔야 합니다.**



### Q16 살 빼는 약 복용시 꼭 지켜야 되는 것은?

A 16 • **항정신성 식욕억제제 복용기간은 4주 이내로 하며 의사의 판단 하에 서 좀더 복용할 경우에도 3개월을 넘기지 않는 것이 좋으며 의사의 복용지시를 철저히 준수하여야 하며 이상한 점이 발견될 경우 바로 의사와 상의하여야 합니다.**

또한 항정신성 식욕억제제를 먹는 도중에 다른 식욕억제제나 **의약품, 술 등을 먹으면 예상하지 못한 부작용이 발생할 수 있으므로 같이 먹지 말아야 합니다.**

무엇보다도 살 빼는 약은 식이요법과 운동요법을 병행해야 효과를 볼 수 있습니다.



## Q17 살 빼는 약과 관련된 속설, 정말인가요?

### A 17 • 살 빼는 약만 먹어도 살이 빠진다?

아닙니다. 살빼는 약은 식이요법과 운동요법을 병행하지 않고서는 적절한 효과가 나타나지 않습니다.

### • 살 빼는 약을 먹으면 약에 중독되거나 우울증에 걸린다?

항정신성 식욕억제제의 부작용으로 우울증이나 약물중독증상이 나타날 수도 있습니다.

### • 약을 끊으면 살이 다시 찌므로 계속해서 먹어야 한다?

약을 끊은 후 살이 다시 찌는 것은 약으로 조절하던 몸의 기능이 정상으로 돌아온 것이기 때문에 약 복용 전과 동일하게 식사를 하고 운동을 하지 않으면 당연히 다시 살이 찌게 됩니다. 따라서 살이 찌는 것을 예방하려면 적절한 운동과 건강한 식사습관을 유지하여야지 4주 이내로 권고된 항정신성 식욕억제제를 계속 먹는 것은 바람직하지 않습니다.

## 살 빼는 약 바로 알고 복용하세요!

◆ 발행년월일 : 2007년 10월

◆ 발행인 : 김명현

◆ 발행기관 : 식품의약품안전청

◆ 발행부서 : 의약품본부

◆ 문의처 : 마약신경계약품팀, 마약관리팀

TEL: 02-380-1717~8, 02-3156-8081~9,

FAX: 02-383-8063, 02-3156-8099

122-704 서울특별시 은평구 통일로 194번지