

행정간행물등록번호  
11-1470000-001531-01

# 살 빼는 약 올바른 이해와 복용지도!

| 의약전문인용 | 살 빼는 약, 올바른 이해와 복용지도!

안심주고 기쁨주는 식약안전의 첫단추



# 목차

- Q1. 비만이란? ..... 3
- Q2. 살 빼는 약과 관련하여 일반인이 궁금해 하는 사항은? ..... 4
- Q3. 무분별한 체중조절약의 사용, 무엇이 문제인가? ..... 5
- Q4. 항정신성 식욕억제제를 사용시 유의할 사항은? ..... 6
- Q5. 비만치료를 받고자 하는 환자와 진료 또는 복약 상담시 반드시 확인할 사항은? ..... 8
- Q6. 항정신성 식욕억제제의 투여금지 환자는? ..... 9
- Q7. 체중조절약, 환자가 원하는 목표 체중이 될 때까지 계속 처방해도 되나요? ..... 10
- Q8. 체중조절약을 어린이나 청소년에게 처방해도 되나요? ..... 11
- Q9. 체중조절약의 부작용은?  
 9-1 약물의 특성에 따른 부작용 ..... 12  
 9-2 약물 복용 기간에 따른 부작용 ..... 13  
 9-3 약물 과량사용에 따른 부작용 ..... 14
- Q10. 살 빼는 한약에도 부작용이 있나요? ..... 15
- Q11. 항정신성 식욕억제제가 임신부나 수유부에게 미치는 영향은? ..... 16
- Q12. 체중조절약으로 식약청에서 허가한 의약품에는? ..... 17
- Q13. 체중조절약으로 식약청에서 허가한 식품에는? ..... 18

CONTENT

## Q1 비만이란?

**AI** ▶ “비만”이란 체내 지방조직에 지방이 지나치게 쌓인 상태를 말하며, 일반적으로 체중(kg)을 키(m)의 제곱으로 나눈 체질량지수(Body Mass Index : BMI)로 표시합니다. 국제보건기구(WHO) 기준 및 식품의약품안전청에서 발간한 “체중조절약의 임상평가지침”에 따르면 BMI가 30 kg/m<sup>2</sup> 이상인 사람을 비만으로, 25~30 kg/m<sup>2</sup>인 경우 과체중으로 정의하고 있습니다. 그러나 한국, 일본과 같은 동양인에서는 더 낮은 기준을 적용하기도 하며 참고로 대한비만학회에서 발간한 “한국인을 위한 비만가이드라인”에서는 BMI가 25kg/m<sup>2</sup> 이상인 경우를 비만으로 정의하고 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

## Q2 살 빼는 약과 관련하여 일반인이 궁금해 하는 사항은?

### A2 ▶ 살 빼는 약만 먹어도 살이 빠진다?

• 아닙니다. 살 빼는 약은 식이요법과 운동요법을 병행하지 않고서는 적절하고 지속적인 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?

• 약의 복용을 중단한 후 살이 다시 찌는 것은 약으로 조절되던 식욕억제효과가 약물 복용 전으로 돌아온 것이기 때문에 약 복용 전과 동일하게 식사를 하고 적절히 운동요법을 지속하지 않으면 체중이 다시 이전 체중으로 복귀될 수 있습니다. 따라서 이를 예방하려면 적절한 운동과 건강한 식사습관을 유지하도록 해야 하며, 단기간(4 주 이내) 동안 복용하도록 허가되어있는 항정신성 식욕억제제를 계속 복용토록 하는 것은 바람직하지 않습니다.

## Q3 무분별한 체중조절약의 사용, 무엇이 문제인가?

### A3 ▶ 최근 '몸짱 신드롬'이란 말이 나올 만큼 살 빼기 열풍이 불면서 정상 체중을 가진 사람들도 본인이 비만이라고 생각하는 사람들이 많습니다.

▶ 비만환자나 일반 소비자들이 검증되지 않은 불법 살 빼는 약을 단순히 비타민류와 같은 영양제처럼 생각하고 무분별하게 인터넷이나 불법 유통업소를 통해 구입하는 사례들이 발생하고 있어 항정신성 식욕억제제의 오남용으로 인한 부작용이 심각하게 우려되고 있습니다.

▶ 일반인이 '살 빼는 약'으로 지칭하고 있는 체중조절약은 전문의약품이므로 병원에서 의사의 진료를 받고 처방을 받은 후 약국에서 약사의 지시에 따라 복용하도록 해야 합니다. 따라서 의사의 처방 없이는 임의로 약을 구입 또는 투여할 수 없습니다.



▶ 이 약은 암페타민류와 화학적 및 약리적으로 관련되어 있어 남용성을 가지며 강한 정신적 의존성 및 심각한 사회 기능장애를 일으킬 수 있습니다.

▶ 뿐만 아니라 체중조절약으로 허가받지 않은 우울증 치료제, 간질치료제, 당뇨병치료제 등을 비만치료 목적으로 과도하게 처방하여 중증의 부작용(두근거림, 혈압상승, 불안, 잠이 오지 않음, 어지러움, 두통, 흥분, 입이 마름, 설사, 메스꺼움, 복통 등)이 발생하는 사례가 빈번하므로 이에 대한 주의가 요구됩니다.

# Q4 향정신성 식욕억제제를 사용시 유의할 사항은?

A4 ▶ 체중감량을 위한 약물요법은 식이요법과 운동요법을 병행해야 최상의 효과를 볼 수 있습니다.

### ▶ 투여기간

- 단기간(4주 이내) 동안 투여하여야 합니다.
- 4주 복용 후 만족할 만한 체중감량효과가 나타나지 않으면 투약을 중단하여야 합니다.
- 향정신성의약품 식욕억제제는 식욕억제효과의 내성과 의존성 발현 가능성과 치명적인 폐동맥 고혈압 발생 위험이 증가되므로 3개월 이상 투여해서는 안 됩니다.



### ▶ 투여량

- 환자에게 유효한 증상을 나타낼 수 있는 최소 용량만을 투여하고, 남용 가능성을 최소화하기 위하여 가능한 최소량을 처방하여야 합니다.

### ▶ 병용금지

- 향정신성 식욕억제제는 다른 식욕억제제와 병용투여시 안전성·유효성이 확립되지 않았으므로 병용투여하면 안됩니다.
  - 우울증치료제인 플루옥세틴, 설트랄린, 플루복사민, 파록세틴 등 선택적 세로토닌 재흡수억제제(SSRI) 계열의 항우울약을 포함하여 다른 식욕억제제와 병용처방하지 않아야 합니다.
- 향정신성 식욕억제제는 중추신경계 흥분제(MAO억제제 포함)와 병용투여시 혈압상승 등의 위험을 초래할 수 있으므로 MAO억제제와 병용하지 않아야 하며 MAO억제제 투여 중지 후 14일 이내에 식욕억제제를 투여하지 않아야 합니다.



### Q5 비만치료를 받고자 하는 환자와 진료 또는 복약 상담시 반드시 확인할 사항은?

- A5 ▶ 비만치료 목적으로 진료시 환자의 현재 질병과 과거에 앓았던 병력에 대해서 상세하게 확인해야 합니다. 또한 현재 복용 중인 다른 약 또는 건강기능식품 등도 모두 확인해야 합니다.
- ▶ 한편 최근 1년 이내에 식욕억제제를 복용한 경험이 있는 환자에게는 향정신성 식욕억제제의 투여가 권장되지 않으므로 환자가 복용했던 시점과 약물명을 확인해야 합니다.
- ▶ 또한 약물 알러지나 과민증이 있는지 확인해야 합니다.
- ▶ 환자가 적절한 식이요법과 운동요법으로 체중조절이 잘 유지되고 있는지를 확인하여야 합니다.



### Q6 향정신성 식욕억제제의 투여금지 환자는?

- A6 ▶ 다음의 환자에게는 향정신성 식욕억제제 투여를 금하고 있습니다.
- 동맥경화증 환자
  - 심혈관계 질환 환자
  - 중등도 및 중증의 고혈압 환자
  - 폐동맥 고혈압 환자
  - 갑상선기능 항진 환자
  - 이 약에 과민증인 환자
  - 교감신경 흥분성 아민류에 특이체질인 환자
  - 녹내장 환자
  - 정신적으로 불안하거나 흥분상태인 환자
  - 약물남용의 병력이 있는 환자
  - 14 일 이내에 우울증 치료제(MAO 억제제)를 복용한 환자 (혈압상승 위험)
  - 다른 식욕억제제를 복용하고 있는 환자
  - 16 세 이하의 환자



### Q7 체중조절약, 환자가 원하는 목표 체중이 될 때까지 계속 처방해도 되나요?

- A7 ▶ 체중조절약의 투여기간은 체중감량의 정도, 체중감량이 유지되는 기간, 부작용 등 환자의 내약성 여부에 따라 결정됩니다.
- ▶ 항정신성 식욕억제제(펜디메트라진, 펜터민, 디에틸프로피온 제제)는 단기(4 주 이내)동안 복용하도록 권고하고 있습니다.
- ▶ 의사의 판단에 따라 4주 이상의 지속복용도 가능할 수 있지만 3개월을 초과하지 않도록 해야 합니다.
- ▶ 장기간 복용 시에는 치명적인 부작용(폐동맥 고혈압, 심각한 심장질환 등)이 나타날 수 있으므로 주의해야 합니다.
- ▶ 항정신성 식욕억제제를 4 주 이상 복용해도 만족할 만한 체중감량이 나타나지 않는 경우에는 환자를 관찰하여 이 약의 투여를 중지해야 합니다.
- ▶ 대부분의 경우 체중조절약의 투여를 중단하면 체중이 예전의 체중으로 다시 증가할 수 있습니다. 따라서 약물치료를 중단한 후 다시 체중이 증가되지 않도록 하려면 적절한 운동과 건강한 식사 습관을 계속 유지하도록 해야 합니다.



### Q8 체중조절약을 어린이나 청소년에게 처방해도 되나요?

- A8 ▶ 대부분의 체중조절약은 성인에게만 투여하도록 허가되어 있으며 16세 미만의 청소년 및 어린이에게는 임상시험 등을 통하여 안전성·유효성이 확립되어있지 않아 이 연령의 환자에게는 사용하지 않도록 하고 있습니다. 따라서 16세 미만의 청소년과 어린이는 복용하지 않도록 해야 합니다.
- ▶ 그러나 오르리스타트성분의 의약품(상품명: 제니칼)은 12세 이상의 청소년에게 사용할 수 있도록 허가되어 있습니다.



# Q9 체중조절약의 부작용은?

## A9-1 약물의 특성에 따른 부작용

- ▶ **항정신성 식욕억제제**는 마약류(항정신성의약품)로 지정되어 있으며 암페타민이라는 신경 흥분성 약물과 유사하게 남용과 강력한 습관성을 나타내어 오용되거나 남용될 경우 사회적 문제를 일으킬 수 있습니다.
  - 항정신성 식욕억제제는 중추신경을 흥분시키는 작용을 가지고 있어 다음과 같은 부작용이 나타날 수 있습니다.
    - 가슴이 두근거림, 맥이 빨리 뛴, 혈압상승, 가슴의 통증, 불안감, 현기증, 잠이 오지 않음, 숨이 참, 몸이 떨림, 두통, 흥분, 정신이상, 얼굴이 붉어짐, 땀이 남, 눈앞이 흐려짐, 입이 마름, 불쾌감, 설사, 변비, 메스꺼움, 복통, 성적 충동의 변화, 소변보는 횟수가 잦음, 소변이 나오지 않음, 발기부전, 두드러기, 다리와 발목이 부어오름 등.
- ▶ **지방분해효소억제제**는 위장관계 부작용이 나타날 수 있습니다.
- ▶ 일부 사람에서는 위에 기재되지 않은 다른 부작용도 나타날 수 있으므로 위에 기재되지 않았지만 부작용이 나타난 경우 반드시 의사와 상의하여야 합니다. 살 빼는 약, 올바른 이해와 복용지도!



## A9-2 약물 복용 기간에 따른 부작용

- ▶ 항정신성 식욕억제제는 적절한 다른 체중감량 요법에 반응하지 않는 외인성 비만 환자에 한하여 체중감량요법의 보조요법으로 단기간(4 주 이내) 복용하도록 하되,
- ▶ 환자가 첫 4 주 이내에 만족할 만한 체중감량을 얻었을 경우 즉 최소 1.8 kg 이상 체중감량이 있거나 의사와 환자가 모두 만족할 만한 체중감량이라고 결정하였을 때에는 지속하여 투여할 수 있습니다.
- ▶ 그러나 3 개월 이상 장기간 복용하거나 다른 식욕억제제와 같이 병용투여할 경우, 폐동맥성 고혈압과 판막성 심장병과 같은 치명적이고 심각한 부작용의 위험이 증가됩니다.
- ▶ 항정신성 식욕억제제는 고용량으로 장기간 복용하다가 갑자기 중단할 경우 극도의 피로와 정신적 우울증, 수면 뇌파에 변화가 나타날 수 있습니다. 이 약으로 인한 만성 중독 증상에는 중증의 피부병, 잠이 오지 않음, 자극에 과민해짐, 신체기능의 과다한 증가, 성격의 변화 등이 있고, 가장 심각한 증상으로는 정신분열병과 유사한 정신이상이 나타날 수 있습니다.



### A9-3 약물 과량사용에 따른 부작용

- ▶ 항정신성 식욕억제제를 과량으로 복용할 경우에는 **불안, 의식을 잃음, 사지의 떨림, 호흡이 빨라짐, 혼란, 환각상태, 공격성, 공포로 인하여 갑자기 심리적 불안상태**가 나타날 수 있으며, 이 약으로 인한 치명적인 중독 시 사망에도 이를 수 있습니다.
- ▶ 또한 부정맥, 고혈압 또는 저혈압 등 순환계의 심각한 이상반응이 나타날 수 있습니다.
- ▶ 한편 메스꺼움, 구토, 설사 및 복부 근육 수축과 떨림이 나타날 수 있습니다.



### Q10 살 빼는 한약에도 부작용이 있나요?

#### A10 물론 부작용이 있을 수 있습니다.

- ▶ 최근 마황이 체중조절효과가 있다고 알려져 남용되는 사례를 자주 접하게 됩니다.
- ▶ 마황은 에페드린이 함유되어 발한, 진해, 거담, 이수작용이 있어 천식, 기침, 감기에 처방되는 한약에 주로 포함되는 생약이며 비만치료를 위해 쓰지는 않습니다.
- ▶ 그러나 체질이 약하여 평소 땀을 별로 흘리지 않거나 식은땀을 자주 흘리거나 성격이 급하고 활동량은 많은데 불면증이 있는 사람에게는 투여가 금기로 되어 있습니다.
- ▶ 마황과 같은 생약이 포함된 한약에도 고유의 금기사항이 있으므로 반드시 전문가와 상의하여 복용하도록 안내하여 주시기 바랍니다.



※ 한약이나 생약에 관하여 보다 자세한 내용을 알고 싶으시면 식품의약품안전청 생약제제팀(02-380-1736~7), 한약관리팀(02-3156-8032~6)으로 문의하시기 바랍니다.



# Q13 체중조절약으로 식약청에서 허가한 식품에는?

- ▶ Q13 건강기능식품으로 사용되는 성분 중 체중조절효과가 있는 것으로 사용이 허가된 성분은 히비스커스추출물등복합물과 공액리놀레산(CLA)의 두가지 종류가 있습니다.
- ▶ 이 외에 체중조절을 목적으로 유통되는 약물/성분 또는 식품은 체중조절 효과가 있는 것으로 식품의약품안전청에서 허가되지 않았으므로 사용하지 않도록 하여야 합니다.



## 살 빼는 약, 올바른 이해와 복용지도!

- ◆ 발행년월일 : 2007년 10월
- ◆ 발 행 인 : 김명현
- ◆ 발행 기 관 : 식품의약품안전청
- ◆ 발행 부서 : 의약품본부
- ◆ 문 의 처 : 마약신경계의약품팀, 마약관리팀  
 TEL: 02-380-1717~8, 02-3156-8081~9,  
 FAX: 02-383-8063, 02-3156-8099  
 122-704 서울특별시 은평구 통일로 194번지