

 식품의약품안전처		<h1>보도자료</h1>		
보도일시	<b>배포 즉시</b>	배포일자	2021. 9. 15.(수)	
담당과장	의약품안전평가과 오정원 (☎043-719-2701)	담당자	이인선 사무관 (☎043-719-2703)	
담당과장	의약외품정책과 박공수 (☎043-719-3701)	담당자	엄소영 연구관 (☎043-719-3703)	
담당과장	의료기기안전평가과 성홍모 (☎043-719-5001)	담당자	김세중 사무관 (☎043-719-5003)	



## 안전하고 건강하게 추석연휴 보내는 방법 II

- 식약 바로알기<sup>44</sup> 올바른 의료제품 구매·사용 방법 등 -

- 식품의약품안전처(처장 김강립)는 추석 명절 연휴 기간을 안전하고 건강하게 보내기 위한 의약품·의약외품·의료기기 등 의료제품의 올바른 구매요령, 사용방법 등 안전정보를 제공합니다.
- 이번에 제공하는 의료제품 안전 정보는 ▲식중독 발생 시 올바른 의약품 사용 ▲올바른 두드러기약 사용법 ▲안전상비의약품 사용 시 주의사항 ▲올바른 마스크 사용법 ▲올바른 손소독제 사용법 ▲올바른 의료기기 구매요령 ▲올바른 가정용 의료기기 사용법 등입니다.

### < 식중독 발생 시 올바른 의약품 사용 >

- 식중독으로부터 안전한 추석을 보내기 위해서는 손 씻기, 익혀 먹기, 끓여 먹기 등 예방이 우선입니다. 부득이하게 식중독으로 의약품을 사용하게 되는 경우 알맞은 복용 방법을 준수하여야 합니다.
- (지사제) 식중독으로 인한 설사에 지사제를 먹는 경우, 오히려 식중독 증세가 오래갈 수 있습니다. 따라서 식중독이 의심될 때는 임의로

지사제를 복용하기보다 의사의 진료를 받아야 하며, 설사로 인한 탈수 현상을 방지하기 위해 수시로 물을 마시는 것이 좋습니다.

- (항생제) 식중독균 등 감염으로 항생제를 처방받아 복용하는 경우 임의로 양을 줄이거나 복용 중단하면 오히려 내성균이 발생해 치료가 어려워질 수 있으므로 복용량과 복용시간을 지키도록 합니다.
- 또한 항생제 종류에 따라 복용 가능한 나이가 다르거나, 병원균·감염증상·치료 경과 등에 따라 사용하는 항생제의 종류가 다를 수 있어 가족이 먹던 항생제나 예전에 먹다 남은 항생제 등을 함부로 먹어서는 안 됩니다.

#### < 올바른 두드러기약 사용법 >

□ 음식을 먹은 후 또는 성몯길 풀 등에 피부가 닿았을 때 피부가 가려우면서 피부가 붉거나 부풀어 오르는 두드러기가 발생하면 먹는 약이나 바르는 약을 사용할 수 있는데, 주로 ‘항히스타민제’가 사용됩니다.

\* 항히스타민제 : 두드러기, 발적, 소양감 등의 알레르기성 반응에 관여하는 히스타민의 작용을 억제하는 물질

- 먹는 약의 대표적인 부작용은 졸음·진정작용과 같은 중추신경계 부작용으로, 자동차 운전 등을 주의해야 하며 6세 이하의 아이가 먹어야 하는 경우에는 의사나 약사와 상의 후 연령에 맞는 약을 복용해야 합니다.
- 바르는 약은 상처가 있는 곳을 피해 바르고 눈에 들어가면 즉시물로 씻어내야 하며, 5~6일간 투여해도 증상이 나아지지 않으면 사용을 중지하고 의사나 약사와 상담해야 합니다.

## < 안전상비의약품 사용 시 주의사항 >

□ 추석 명절 연휴 기간에 의료기관 휴진 등으로 소비자가 직접 편의점에서 안전상비의약품\*을 구입하는 경우, 사용 전 의약품 설명서를 읽어보고 정해진 용법과 용량을 지키도록 합니다.

\* 안전상비의약품: 의사의 처방 없이 구입할 수 있는 일반의약품 중 가벼운 증상에 시급하게 사용하며 환자 스스로 판단해 사용할 수 있는 의약품

○ (해열진통제) 안전상비의약품 중 해열제 성분은 ‘아세트아미노펜’과 ‘이부프로펜’ 두 가지 종류가 있습니다.

- 아세트아미노펜은 많은 양을 복용하면 간이 손상될 위험이 있어 나이와 체중에 맞게 사용해야 하고

- 이부프로펜은 위를 자극하거나 신장 기능을 약하게 할 수 있으므로 특히 어린이가 토하거나 설사를 할 때는 보다 주의해서 살피며 사용해야 합니다.

○ (감기약) 감기약을 복용하면 졸릴 수 있으므로 장거리 자동차 운전은 될 수 있으면 피하는 것이 좋습니다. 안전상비의약품 감기약 중에는 앞서 안내한 아세트아미노펜 성분도 포함되어 있어 명절 동안 과음했거나 다른 해열진통제를 이미 복용했다면 감기약을 복용하지 않는 것이 좋습니다.

○ (소화제) 안전상비의약품으로 판매하는 소화제에는 음식물 소화를 촉진하는 ‘효소제’가 함유되어 있습니다. 효소제 중 ‘판크레아틴’은 주로 돼지나 소에서 추출하는 성분으로 돼지고기나 소고기에 알레르기 반응이 있는 사람은 주의해야 합니다.

○ (파스) 어깨결림, 허리통증 등으로 파스를 붙일 때는 습진이나 상처 부위를 피해 사용합니다. 만약 피부가 붉어지고 부종, 가려움 등의

증상이 나타날 때는 즉시 사용을 중지하고 약사·의사와 상의해야 합니다.

- 참고로 의약품은 온라인에서 구매하면 안 됩니다. 온라인으로 유통되는 의약품은 의약품 여부는 물론 안전성과 효과성을 확인할 수 없고, 보관 중 변질·오염 등의 문제도 발생할 수 있으니 주의해야 합니다.

### < 올바른 마스크 사용법 >

- (의약외품 마스크 구매·사용) 코로나19 상황에서는 입자·비말차단 성능이 검증된 의약외품 마스크를 사용하는 것이 바람직하며, 구매 시 '의약외품' 표시를 반드시 확인하시기 바랍니다.
- (착용방법) 버스, 기차, 휴게소 등 실내 또는 많은 사람이 모이는 장소에서는 반드시 마스크를 착용하시기 바라며, 마스크를 착용할 때는 깨끗한 손으로 입과 코를 완전히 덮도록 잘 밀착해 착용하시기 바랍니다.
  - 마스크를 턱에 걸치거나, 코와 입을 내놓는 경우 감염원으로부터 호흡기를 보호할 수 없으므로 반드시 코와 입을 완전히 가립니다.
- (착용 중 주의사항 등) 마스크를 착용하는 동안 마스크를 손으로 만지지 않도록 주의하고 만약 닿았다면 손을 깨끗이 씻어야 합니다. 사용 후에는 귀 끈을 이용해 벗은 후 바깥면을 안쪽으로 접어 끈으로 감은 뒤 가능한 경우 소독제를 뿌려서 종량제봉투에 버리고, 소독제가 없다면 비닐봉지에 밀봉해 버리는 것이 좋습니다.
  - 마스크 착용으로 호흡곤란, 어지러움, 두통 등의 증상이 있는 경우에는 개별 공간 등 거리두기가 가능한 공간에서 마스크를 벗고 휴식을 취하며, 증상이 완화되면 다시 착용합니다.

## < 올바른 손소독제 사용법 >

- 코로나19 등 감염병의 전파를 예방하고 감염 위험을 낮추는 최선의 방법은 '올바른 손 씻기'입니다. 손 씻기가 가능하면 비누와 물로 손바닥, 손등, 손가락, 손톱 밑까지 꼼꼼하게 문질러 30초 이상 자주 씻는 것이 좋습니다. 비누와 물을 사용하기가 어려울 때는 손소독제를 사용하는 것이 바람직합니다.
- (의약외품 손소독제 구매·사용) 손소독제는 손과 피부의 살균 소독을 목적으로 사용하는 제품으로 반드시 '의약외품' 표시를 확인 후 구매하시기 바랍니다.
  - 손소독제는 액상, 겔, 티슈 등 형태의 제품이 있으며, 일부 제품 중에는 포장 형태가 식품(어린이 음료, 커피 시럽 등)으로 오인될 우려가 있는 제품도 있어, 어린이가 사용하거나 카페·음식점에 손소독제를 비치해두고 사용하는 경우 주의가 필요합니다.
- (사용 시 주의사항) 손소독제는 반드시 외용으로만 사용하고, 과량 또는 완전히 건조하지 않은 채로 화기를 사용하는 경우 불이 옮겨 붙을 가능성이 있으므로 잘 문질러 완전히 건조시켜야 합니다.
  - 손소독제는 손에 적당량을 덜어 사용하고, 사용 과정에서 흡입하지 않도록 주의하며, 만약 눈에 들어갔으면 우선 깨끗한 흐르는 물로 잘 씻어낸 후 의사·약사와 상의하시기 바랍니다.

## < 올바른 의료기기 구매요령 >

- 어르신들 추석 선물용이나 개인의 건강 관리 등 목적으로도 많이 구매하는 의료용 진동기, 혈압계, 개인용 온열기, 개인용 혈당측정기 등의 의료기기를 구입할 때는 '의료기기' 표시를 반드시 확인하고 포장 등에 기재된 제품명, 제조·수입업체명, 허가번호 등을 꼼꼼히 확인하시기 바랍니다.

- 의료기기를 사용할 때는 미리 첨부문서 등에 기재되어 있는 사용 목적, 사용방법, 사용 시 주의사항을 충분히 확인·숙지해 올바르게 사용해야 합니다.
- 특히 '근육통 완화'로 허가받은 개인용 온열기를 중풍 예방, 뇌경색 치료 등 특정 질병에 효과가 있는 것처럼 거짓·과대광고하는 사례 등에 현혹돼 구매하는 일이 없도록 주의합니다.

**< 올바른 가정용 의료기기 사용법 >**

- 코로나19 유행, 건강 관리에 관한 관심 증가, 고령 인구 증가, 당뇨 환자 증가 등으로 가정에서 소비자가 직접 사용하거나 사용이 증가하고 있는 '체온계', '혈압계', '개인용 온열기', '개인용 혈당측정기' 등의 올바른 사용법을 안내합니다.
- (체온계) 체온계는 측정하는 방식에 따라 ▲피부적외선체온계 ▲귀적외선체온계 ▲전자체온계 등이 있으며, 체온계 종류에 따라 적합한 측정 부위가 달라지므로, 제품별로 제조사에서 제공하는 사용방법을 꼭 읽고 올바른 방법으로 사용하는 것이 중요합니다.
- (피부적외선체온계) 이마나 관자놀이 등의 표면 온도를 측정하는 비접촉식 온도측정기로 정확한 온도 측정을 하려면 측정 부위로부터 적정거리(약 3~5cm)를 두고 측정해야 하며 측정 부위의 땀이나 수분을 닦고 머리카락으로 가리지 않도록 주의합니다.
- (귀적외선체온계) 적외선 센서를 이용하여 귀 안쪽의 온도를 측정하는 비접촉식 온도측정기로 측정 시 귀를 약간 잡아당겨 귓구멍을 일자로 편 후 측정기와 고막이 일직선으로 마주 볼 수 있도록 한 상태에서 측정합니다.
- (전자체온계) 열에 민감한 반도체의 온도 변화를 이용해 겨드랑이, 입안(구강), 항문 부위의 체온을 측정하는 접촉식 온도측정기입니다.

- 입안을 측정할 때는 혀 밑에 측정 부분을 넣은 후 입을 다물고 측정하며
- 겨드랑이를 측정할 때는 측정 전 겨드랑이 땀을 닦은 후 겨드랑이의 움푹 파인 곳에 측정 부분을 넣고 팔로 누르며 측정합니다.
- (측정 시 주의사항) 실내외 온도 차가 큰 경우 체온에 영향을 미칠 수 있어 실외에서 온도를 측정한 경우 실내에 들어와서 20~30분 정도 안정을 취한 후 측정하고, 1회만 측정하는 것이 아니라 2회 이상 반복하는 것이 더욱 정확할 수 있습니다.
- (혈압계) 혈압을 보다 정확하게 측정하기 위해서는 혈압을 측정하기 1시간 전부터는 커피 등 카페인 음료를 마시지 말아야 하며, 측정 15분 전부터는 담배를 피우지 않아야 합니다.
  - 또한 혈압을 상승시키는 성분이 들어 있는 감기약 등을 복용하고 있는 상태에서는 정확한 혈압 측정이 어려울 수 있으니 주의합니다.
- (개인용 온열기) 근육통 완화 등을 위하여 사용하는 개인용 온열기는 전기 에너지를 열에너지로 전환해 온열기 사용자에게 일정한 열을 전달하는 의료기기로, 전기를 사용하기 때문에 액체에 닿거나 가연성 물질에 노출하면 안 됩니다.
  - 당뇨병성 신경병증이나 척수손상 등으로 감각저하가 있는 경우, 취침 중에 사용하는 경우 등 온열기에 장시간 노출되면 저온 화상\*을 입을 수 있으므로 주의해야 합니다.
- \* 일반적으로 화상을 유발하는 온도보다 낮은 40도 이상의 온도에 장시간 노출 되면서 발생하는 화상으로 아주 뜨겁다고 느끼는 온도에 미치지 않아 회피 반응 없이 장시간 노출됨에 따라 피부 조직에 열이 축적되어 피부 손상이 일어남
- (개인용 혈당측정기) 개인이 가정에서도 간편하게 혈당 수치를 검사하고 혈당 변화를 파악하기 위해 사용하는 의료기기입니다.

○ 혈당 측정 결과는 측정하는 신체 부위, 섭취한 음식물 등에 따라 달라질 수 있으며, 혈당값이 평소와 다를 경우에는 반드시 의사와 상의해야 합니다.

\* 자세한 내용은 의료기기정보포털사이트(udiportal.mfds.go.kr) → 생활속의료기기 → 의료기기데이터베이스검색 또는 식약처 전자민원창구(emed.mfds.go.kr) → 정보마당 → 제품정보에서 업체명·품목명·모델명 등으로 검색하면 확인할 수 있음

□ 추석 명절을 맞아 제공하는 의약품·의약외품·의료기기 등 의료제품의 올바른 사용법과 구매요령을 참고하여 온 국민 모두 건강한 명절 연휴를 보내시길 바랍니다.

○ 식약처는 앞으로도 국민들이 일상생활에서 자주 사용하는 의료제품에 대한 이해를 높일 수 있는 유용한 정보들을 지속적으로 제공할 예정입니다.

<붙임> 안전상비의약품 목록

# 붙임

## 안전상비의약품 (총 13품목)

분류	연번	업체명	품목명	
소화제	1	(주)대웅제약	베아제정(3정)	
	2	(주)대웅제약	닥터베아제정(3정)	
	3	(주)한독	웨스탈골드정(6정)	
	4	(주)한독	웨스탈플러스정(6정)	
해열 진통제	5	삼일제약(주)	어린이부루펜시럽(80mL)	
	6	(주)한국안센	타이레놀정500밀리그램(8정)	
	7	(주)한국안센	타이레놀정160밀리그램(8정)	
	8	(주)한국안센	어린이용타이레놀정 80밀리그램(10정)	
	9	(주)한국안센	어린이타이레놀현탁액(100mL)	
감기약	10	동화약품(주)	판콜에이내복액(30mL×3병)	
	11	동아제약(주)	판피린티정(3정)	
파스	12	제일헬스사이언스(주)	제일쿨파프(4매)	
	13	신신제약(주)	신신파스아렉스(4매)	