



U.S. Food and Drug Administration

# 약의 사용법

Office Of Women's Health and The National Association Of Chain Drug Stores

## 약을 지혜롭게 사용하기

약을 드시고 있는 분들 중에 대략 30%-50%의 사람들이 지시된 대로 약을 사용하지 않고 있습니다. 그런데 이러한 것은 여러분들로 하여금 더 많이 의사를 찾도록 하고, 더 오랫동안 입원을 하게 하며, 더 많은 돈을 쓰게 하고, 또한 여러분에게 다른 약을 사용하게 만듭니다. 이러한 약의 오용 때문에 미국 사람들은 매년 76억 6천만달러를 소비하고 있습니다.

우리 여성들은 자신과 또한 가족들을 위해 약을 자주 접하고 있습니다. 그렇기 때문에 여성들은 자주 접하는 약의 설명서를 읽을 필요가 있고, 그래서 그 약들의 부작용들을 피해야 하며, 각종 의문에 질문해야 하고, 병에 대한 기록들을 보관할 필요가 있습니다.

### 1. 설명서 읽기

그리고 먼저 당신의 주치의나 약사에게 다른 약을 요청하십시오.

**경고** - 경고에 관한 사항들을 자세히 읽으십시오.

**사용기간** - 사용기간이 지난 약은 절대로 사용하지 마십시오. 사용기간이 지난 약은 사용하셔도 효과가 없습니다.

(여러분이 사용하고 계시는 약에 대해 좀더 자세한 내용을 원하시면 여러분의 주치의나 약사와 상의하시기 바랍니다.)

## 2. 부작용 피하기

약들은 여러 가지 문제들이나 부작용을 일으킬 수 있습니다. 예를 들어, 졸음, 구토, 출혈, 두통, 붉은 반점 등이 이러한 부작용들입니다. 먼저 당신이 사용하고 계시는 약의 부작용에 대해 당신의 주치의나 약사 그리고 간호사에게 문의하시기 바랍니다.

먼저 약을 사용하기 전에 반드시 설명서를 읽으십시오. 설명서에는 다음과 같은 내용이 있습니다.

**약품성분** - 만약 당신이 약의 성분중에 하나에 대해서라도 알러지가 있다면, 그 약을 사용하지 마십시오.

더욱 신중하게 고려하시기 바랍니다.

- \* 당신의 약들을 정리하십시오.
- \* 약을 거르지 마십시오.
- \* 당신의 약을 다른 사람과 나누어 사용하지 마십시오.
- \* 결코 어두운 곳에서는 약을 드시지 마십시오.

### 3. 다음사항을 질문하기

- 약의 이름이 무엇입니까?
- 일반약이 사용가능합니까?
- 왜 이약을 복용해야 합니까?
- 언제 이 약을 복용해야 합니까?
- 식전에 약을 복용해야 합니까? 아니면 식후에 복용해야 합니까?
- 이 약을 술과 같이 복용해도 괜찮습니까?
- 약을 복용하는 것을 잊었을 때는 어떻게 해야 합니까?
- 약을 얼마만큼 복용해야 합니까?
- 약을 얼마동안 복용해야 합니까?
- 어떤 부작용을 주의해야 합니까?

만약 당신이 임신중이거나 아기에게 젖을 먹이고 있는 기간이라면, 약을 복용하시거나 다이어트 보조식품을 사용하시기 전에 먼저 건강전문가와 상담을 하시기 바랍니다. 그리고 당

### 4. 약에 대한 기록

복용하고 계신 약을 표시하십시오.

- 진통제 (아스피린 및 각종 통증, 두통, 발열에 대한 약)
- 알러지 약
- 제산제(위산을 제거하는 약)
- 감기약
- 기침약
- 다이어트 약 또는 보조식품
- 변비약
- 수면제
- 비타민
- 미네랄
- 한약
- 기타 \_\_\_\_\_

---



---



---

Korean

상담을 하시기 바랍니다. 그리고 당신의 주치의나 약사 혹은 간호사와 상담하시면 친절하게 도와줄 것입니다.

Korean

알리지 \_\_\_\_\_

주치의 \_\_\_\_\_

전화번호 \_\_\_\_\_

성명: \_\_\_\_\_

**<당신의 처방약 리스트>**

날짜	약명	복용량	기간	병명	약추가회수
	XXXX	알약 1정 (400mg)	하루 3번 식후	관절염	2회


- \* 이 표를 당신의 지갑에 보관하시고, 당신의 주치의나 약사 혹은 간호사에게 보여주시기 바랍니다.
- \* 당신의 주치의나 약사 혹은 간호사에게 약들에 대한 심각한 부작용들을 FDA로 보고하도록 하여 주십시오.  
(FDA전화번호 1-800-FDA-1088)

이 문서는 FDA의 여성건강사무국 (OWH)와 전미약국연합(NACDS)에 의해 만들어진 것입니다. OWH와 NACDS는 이 문서를 제작하고 배포하는 것을 도와주신 많은 단체에 감사를 드립니다.

여성의 건강: 여러분 자신을 위해 스스로의 건강을 돌볼 시간을 갖으세요.

**NACDS**  
National Association of Chain Drug Stores



[Take Time to Care Home Page](#) | [Office of Women's Health Home Page](#) | [FDA Home Page](#)