

약에 대한 미신·몰이해, 건강 유지에 큰 걸림돌



정성현
명예교수·약학과

〈약과 건강〉은 20여 년 동안 경희대학교 전 학생을 대상으로 개설한 교양 과목으로, 대면 수업으로 시작해 비대면 온라인 수업으로 그리고 다시 대면 수업으로 진행해 오던 중 지난 2년 반 동안 코로나19(COVID-19) 팬데믹으로 인해 온라인 수업으로 다시 전환됐다. 우여곡절 끝에 올해 2학기부터 본 강좌를 대면 수업으로 진행하고 있지만 예기치 않게 코로나19를 겪은 우리들은 무엇보다 건강의 중요성을 새삼 느낌과 동시에 의약품이 적시에 필요한 이유를 전 국민이 몸소 체험했다. 일반인을 대상으로 한 특강 혹은 방송 출연 등의 경험을 통해 대한민국에 사는 보통의 시민들이 약에 대해 얼마나 무지한지 그리고 이러한 무지를 핑계(?)로 의사와 약사에게 전적으로 의지하고 그들의 말에 맹종함으로 인해 일어나는 여러 가지 문제를 안타깝게 생각하던 중 교양 과목으로 〈약과 건강〉을 개설하게 됐다. 당시 하버드대학교 인문과학부 교수인 마이클 샌델(Michael J. Sandel)의 ‘정의란 무엇인가’ 교양 강좌가 우리나라에서도 큰 화제를 불러일으켰고 동명의 책이 베스트셀러가 된 것을 보면서 본인도 가능한 한 많은 학생이 〈약과 건강〉을 수강할 수 있기를 바라는 마음으로 시작했다.

〈약과 건강〉을 수강하는 학생 중 상당수는 수강 신청할 때 어려운 의학 관련 내용, 약 이름, 화학반응 등이 수업의 주 내용이 되면 힘들 텐데 하는 걱정을 많이 한다고 들었다. 본인이 약학과에 진학할 당시에 만 해도 대다수의 약학과 소속 교수님들은 일본식 교육을 받은 까닭에 대부분 어려운 한자를 포함한 교재를 사용했으며 물질로서 약을 화학적 관점에서 많이 다루고 강의하던 시기였던 반면 지금의 약학은 화학보다는 생명과학이 훨씬 더 강조되는 학문이라 말할 수 있다. 시판되고 있는 의약품은 천연물로부터 분리됐거나 그 유도체인 전통 의약품, 화학합성 의약품 그리고 바이오의 약품으로 분류되며, 현재 전통 의약품이나 화학합성 의약품의 형태로



약학에 대한 일반인들의 이 같은 오해는 차치하고, 약에 대한 수많은 미신과 몰이해는 우리들의 건강을 유지하고 증진시키는 데 큰 걸림돌이 된다. (사진=언스플래쉬)

“

약과 건강에 대해 가능한 한 범위에서 올바른 의약 정보로 무장한 사람들은 의사 혹은 약사 앞에서 무기력해지지 않고 무언가를 요청하거나 물어볼 수 있는 위치에 있게 된다.

”

개발되는 신약의 숫자는 정체돼 있느 반면 세포 치료제, 유전자 치료제, 항체 치료제 혹은 백신과 같은 바이오 의약품의 개발은 급속히 증가하는 추세다.

약학에 대한 일반인들의 이 같은 오해는 차치하고, 약에 대한 수많은 미신(?)과 몰이해는 우리들의 건강을 유지하고 증진시키는데 큰 걸림돌이 된다. 2000년 밀레니엄 시대가 열리면서 우리들은 손가락으로 몇 번 클릭만 하면 원하는 정보를 손쉽게 얻을 수 있는 편리한 세상에 살고 있지만 역설적으로 여과 장치가 없는 인터넷의 폐해에 우리 모두는 노출돼 있다. 다른 학문과 비교해서 의약 분야가 인터넷을 통한 정보의 바다 혜택을 상대적으로 많이 누리고 있는 분야라고 여겨지지만 동시

에 의약품, 한약, 혹은 건강(기능) 식품에 대한 거짓 정보들이 글이나 동영상 플랫폼을 통해 인터넷에 떠돌아다니는 경우가 비일비재하며 의도적이든 아니든 한 사람이 퍼나를 왜곡된 의약 상식이 많은 사람에게 도미노처럼 전달돼 궁극에 팩트로 굳어지기도 한다. 이런 계단식 정보전달(informational cascade)에 너무 많은 사람이 속고 있어 인터넷에서 정보의 옥석을 가릴 수 있는 지혜가 어느 때보다 필요하다.

오랜 기간 〈약과 건강〉을 강의하면서 초반에는 우리가 흔히 겪는 가벼운 질환들을 중심으로 이들 질환의 치료에 쓰이는 의약품에 대한 설명과 함께 수강생들로부터 약 혹은 건강에 대한 질문을 받아 ‘Q and A’ 형식으로 강의를 진행해 오다가, 일본 의사인 곤도 마코토가 쓴 책 『약에 살해당하지 않는 47가지 방법』 9페이지에 약학부 신입생이 첫 강의 때 배우는 말이라며 “약은 독이다. 약을 먹어서는 안 된다”라는 문장을 포함해 이 책을 읽은 사람들이 약에 대해 부정적 혹은 잘못된 시각을 가질 수 있다는 우려와 2000년 8월 시행된 의약분업의 문제점 등으로 구성된 『현명한 약 소비자가 되라』는 책을 집필하게 됐고 그 이후 〈약과 건강〉의 강의 내용에도 많은 변화가 있었다.

이번 학기 〈약과 건강〉은 전반부에 의약품 분류, 신약 개발 과정, 현행 의약분업의 문제점과 해결방

안, 투여 용량에 따라 약이 독이 되기도 하고 독이 약이 되기도 하는 약즉독(藥即毒), 독즉약(毒即藥)에 대한 이해, 상황에 따라 유익성(benefit)과 유해성(risk) 간 비중을 잘 따져 약 사용 여부를 결정하시는 내용(한 예로, 코로나19 백신의 경우 부작용에 대한 우려도 분명히 존재하지만, 집단면역의 필요성과 중증화 및 사망률 감소 등을 고려할 때 백신의 유익성은 유해성보다 크다), 내성(tolerance)과 중독(addiction)에 오해, 약(건강) 정보 사이트(혹은 앱(App)) 소개, 자신이 1년 이내에 받은 처방에서 중복된 혹은 병용투여 금기 약물들에 대한 정보와 자신이 자주 다니는 병원의 항생제 또는 주사제 처방률 혹은 처방 약 품목 수 등을 건강보험심사평가원 홈페이지에서 확인하는 방법 등으로 구성되고, 후반부는 대사증후군과 비만, 당뇨병, 고혈압과 이상지질혈증, 소화기질환(기능성 소화불량증, 위염 등), 호흡기질환(감기, 독감, 코로나19)과 이들 치료에 쓰이는 약에 대한 설명으로 구성돼 있다. 그 외에도 피부질환(여드름, 탈모), 임신과 피임, 갑상샘질환, 불면증, 조현병, 과민증, 불안증, 우울증(혹은 조울증), 치매, 물질 남용(담배, 술, 마약) 등 학생들에게 도움이 될 만한 주제는 많으나 제한된 시간으로 인해 이들을 다루지 못하는 것이 안타까울 뿐이다.

그동안 본 강좌를 수강한 많은 학생이 〈약과 건강〉 II 과목을 추가로 개설해 주기를 원하는 바 후마니타스칼리지에서 이 문제를 적극 고려해 주면 좋을 듯하다.

2016년 대한민국 남성과 여성의 평균수명은 81세, 87.1세인 반면 건강수명은 72.1세, 74.8세다. 남녀 모두 10년 전후로 건강하지 못한 말년을 보내고 있다는 의미다. 앞으로 평균수명이 증가하면 건강수명과의 차이는 더 벌어질 것이다. 일본은 2011년부터 “건강수명을 늘리자”를 슬로건으로 정한 스마트 라이프 프로젝트(건강일본 21)를 추진하고 있다. 전 국민이 인생의 마지막까지 건강하고 즐겁게 일상생활을 보내도록 한다는 운동으로, 영양과 식생활, 신체활동과 운동, 휴식과 정신건강 관리, 금연, 알코올, 치아건강, 당뇨병, 순환기병, 암의 9개 분야로 각각 세밀한 목표를 설정하고 있다. 이들 분야 중 반 이상이 의료인의 개입 없이 스스로 자신의 건강을 지키는 것임에 주목할 필요가 있다. 약과 건강에 대해 가능한 한 범위에서 올바른 의약 정보로 무장한 사람들은 의사 혹은 약사 앞에서 무기력해지지 않고 무언가를 요청하거나 물어볼 수 있는 위치에 있게 된다. 이런 이유로 〈약과 건강〉과 같은 실용적인 교양 강좌가 개설됐고 그동안 본 강좌를 수강한 학생들 그리고 주변 사람들에게 건강 증진에 많은 도움이 됐기를 희망해본다.