Memorial Sloan Kettering Cancer Center

환자 및 간병인 교육

알약 상자를 채우는 방법

이 정보는 알약 상자를 채우는 방법을 설명합니다.

알약 상자란?

알약 상자는 일정 기간 동안 약 복용량을 정리하는 데 사용되는 용기입니다. 알약 상자는 알약 용기 또는 알약 케이스라고도 합니다. 알약 상자는 여러 종류의 약을 복용해야 하는 경우에 매우 유용합니다. 약 복용을 놓치는 것을 피하는 데 도움이 될 것입니다.

알약 상자는 다양한 크기로 제공됩니다(그림 1 및 2 참조). 최대 14일 분량의 약을 보관할 수 있습니다. 일부 알약 상자는 하루 기준 최대 4개의 공간이 있습니다. 어느 유형이 가장 적합한지 잘 모르겠다면 의료진에게 문의하십시오.

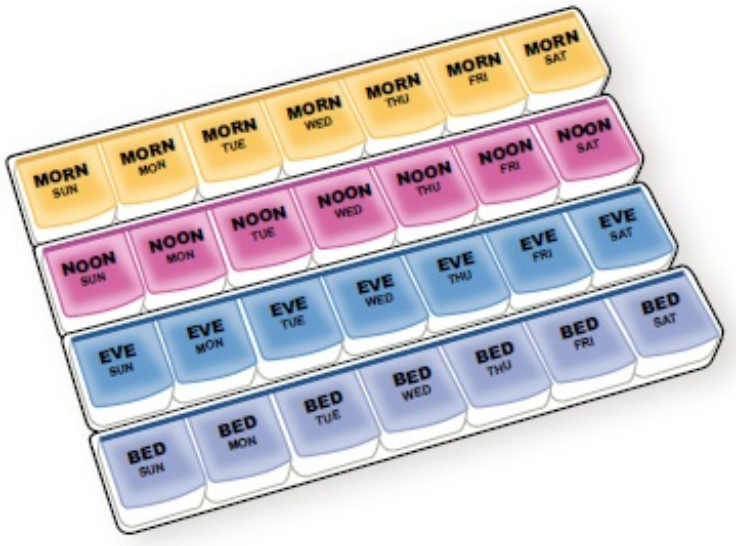

그림 1. 알약 상자의 예

그림 2. 알약 상자의 예

대부분의 알약 상자는 어린이 안전 장치가 달려 있지 않습니다. 집에 자녀가 있는 경우 알약 상자를 자녀의 손이 닿지 않는 곳에 보관하십시오.

가족이 알약 상자를 사용하고 있는 경우 색상이 다른 알약 상자를 사용하는 것이 좋습니다. 이렇게 하면 알약 상자끼리 섞이는 것을 방지할 수 있습니다.

알약 상자 채우기 전 알고 있어야 할 사항

일정에 따라 복용하는 약만 알약 상자에 넣으십시오.

일부 약은 알약 상자에 넣으면 위험합니다. 여기에는 경구 항암제(화학요법)가 포함되어 있습니다. 알약 상자 사용과 관련한 치료 팀의 지침을 따르십시오.

경구 연구 의약품은 원래의 용기에 넣어 보관해야 합니다.**알약 상자에 넣지 마십시오.** 경구 연구 의약품의 보관과 관련한 연구 치료 팀의 지침을 따르십시오.

PRN 약(필요할 때만 복용하는 약)이 있으면 따로 보관해 두십시오. 그러한 약에는 진통제나 메스꺼움(토할 것 같은 느낌)을 없애주는 약이 포함됩니다. PRN 약은 알약 상자에 넣지 마십시오.

가정용 의약품 목록에 약 복용 날짜가 기재되어 있지 않을 수도 있습니다. 그러한 경우에는 복용 날짜를 직접 지정하십시오. 예를 들어, 일주일에 한 번 약을 복용하라고 기재되어 있으면 월요일에 복용하도록 지정할 수 있습니다. 가정용 의약품 목록의 의약품 옆에 지정사항을 기재합니다.

가정용 의약품 목록에 복용 시간이 기재되어 있지 않을 수도 있습니다. 그러한 경우에는 복용 시간을 직접 지정하십시오. 예를 들어, 가정용 의약품 목록에 매일 약을 복용하라고 기재되어 있지만 몇 시에 복용해야 하는지는 기재되어 있지 않을 수 있습니다. 그러한 약은 매일 아침에 복용하도록 지정할 수 있습니다. 가정용 의약품 목록의 의약품 옆에 지정사항을 기재합니다.

가정용 의약품 목록의 지침이 약병에 기재된 지침과 다를 수도 있습니다. 이는 의료진이 재조제보다 더 자주 약 복용량이나 일정을 변경하는 경우 발생할 수 있습니다.

항상 약병의 지침이 아닌 가정용 의약품 목록의 지침을 따르십시오.가정용 의약품 목록에는 의약품에 대한 최신 정보가 있습니다.

알약 상자는 일주일에 한 번 채우십시오. 알약 상자는 매주 동일한 날 또는 후속 방문 후에 채우는 것이 좋습니다. 채울 때마다 해당 주에 복용해야 하는 약을 모두 넣으십시오.

필요한 경우 도움을 받아서 알약 상자를 채우십시오.

관절염, 말초 신경병증 또는 기억력 문제가 있는 경우 알약 상자를 채우기가 어려울 수 있습니다. 가족, 친구 또는 방문 간호사에게 도움을 요청하십시오. 또한 약을 쉽게 열 수 있도록 어린이용이 아닌 병에 넣어달라고 약국에 요청할 수 있습니다.

알약 상자 채우기 지침

Please visit www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/video/how-fill-pill-box to watch this video.

깨끗하며 평평한 표면에 용품을 놓습니다. 다음 용품이 필요합니다.

- 알약 상자.
- 일정에 따라 복용하는 약.
- 가정용 의약품 목록.
- 일회용(쓰고 나서 버리는) 타월.
- 비누와 물 또는 알코올 성분의 손 소독제.

손 씻기

비누와 물로 손을 씻는 경우 손을 적시고 비누칠을 합니다. 20초 동안 손을 비빈 다음 헹굽니다. 일회용 타월로 손을 말립니다. 같은 수건을 사용하여 수도꼭지를 잠급니다.

알코올 성분의 손 소독제를 사용하는 경우에는 손 전체에 발라주어야 합니다. 소독제가 마를 때까지 손을 문지릅니다.

약병 정렬

가정용 의약품 목록에 나타난 순서대로 약병을 정렬합니다. 동일한 약에 대한 약병이 2개 이상인 경우에는 나란히 놓습니다.

알약 상자 채우기

가정용 의약품 목록의 첫 번째 약부터 시작합니다. 다음 약으로 넘어가기 전에 해당 약의 복용량을 전부 알약 상자에 넣습니다.

각 약마다 다음을 수행합니다.

1. 가정용 의약품 목록에서 필요한 복용량을 확인합니다.
2. 약병의 약 함량을 확인합니다. 정확한 복용량을 채우는 데 필요한 알약의 수를 파악합니다. 정확한 복용량을 채우기 위해 2개 이상의 알약을 사용해야 할 수도 있습니다.
3. 때로 정확한 복용량을 채우기 위해 다른 함량의 알약을 사용해야 할 수도 있습니다. 예를 들어, 2.5mg의 용량을 만들기 위해 1정(0.5 mg)과 2정(1 mg)이 필요할 수 있습니다.
4. 가정용 의약품 목록에서 약을 복용해야 하는 때를 확인합니다.
5. 일치하는 공간에 약 1회 복용량을 넣습니다. 예:
    - 매일 아침 약을 복용해야 하는 경우, 해당 날짜의 아침 공간에 1회 복용량을 넣습니다.
    - 12시간마다 약을 복용해야 하는 경우에는 해당 날짜의 아침 공간에 1회 복용량을 넣습니다. 그런 다음 해당 날짜의 저녁 공간에 1회 복용량을 넣습니다.
6. 해당 날짜의 복용량을 알약 상자에 넣습니다. 알약 상자에 해당 날짜 또는 다음 진료소 방문일까지의 모든 복용량을 채웁니다.
7. 약병의 뚜껑을 다시 닫습니다. 일정에 따라 복용하는 약을 보관하는 곳에 병을 다시 놓습니다.

가정용 의약품 목록의 각 의약품에 대해 이러한 단계를 반복합니다.

알약 상자를 채울 때, 각 의약품의 남은 양을 기록해 두십시오. 적어도 약이 떨어지기 5일 전에 의료진에게 재조제를 요청하십시오. 의약품 조제에 1~2일이 걸리기도 합니다.

알약 상자를 채운 후 필요한 사항

알약 상자를 모두 채웠으면 각 공간을 닫습니다. 비닐 봉지에 넣습니다. 이렇게 하면 알약 상자가 실수로 열렸을 때 알약이 봉지 안으로 쏟아질 것입니다. 알약 상자와 함께 가정용 의약품 목록을 비닐봉지에 넣습니다. 알약 상자는 직사광선이 없는 시원하고 건조한 곳에 보관합니다.

복용량을 놓치거나 약을 추가로 복용하는 것은 매우 위험할 수 있습니다.

항상 올바른 방법으로 올바른 시간에 올바른 용량의 약을 복용하십시오. 자세한 내용은*How to Take Your Medications Safely* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-take-your-medications-safely)을 참조하십시오.

의약품에 관한 질문이나 우려 사항이 있는 경우 의료진에게 연락하십시오.

> 궁금한 점이나 우려 사항이 있으면 의료진에게 연락하십시오. 의료진이 월요일부터 금요일까지 오전 9시 와 오후 5시 사이에 연락을 드릴 것입니다. 그외 시간인 경우 메시지를 남기거나 다른 MSK 직원과 대화하실 수 있습니다. 항상 의사 또는 간호사와 통화 가능합니다. 담당 의료진에게 연락하는 방법을 잘 모르면 212-639-2000으로 전화하십시오.

추가 자료는 www.mskcc.org/pe의 가상 라이브러리에서 확인하실 수 있습니다.

How To Fill a Pill Box - Last updated on October 17, 2025
모든 권리는 Memorial Sloan Kettering Cancer Center가 소유하고 보유합니다