



환자 및 간병인 교육

안전한 오피오이드 사용: 알고 있어야 할 사항

이 자료에서는 오피오이드란 무엇이고, 오피오이드를 안전하게 복용하는 방법을 설명합니다.

오피오이드란 무엇일까요?

오피오이드는 중등도부터 중증까지 통증을 줄이는 데 도움이 될 수 있도록 처방되는 강한 진통제입니다. 오피오이드는 나르코틱스라고도 합니다. 오피오이드는 몇 가지 위험이 따르기는 하지만 통증을 관리하는 데 도움이 될 수 있습니다. 오피오이드 복용 시에는 의료진의 지시와 이 자료의 팁을 따르는 것이 중요합니다.

다른 약이 통증 완화에 도움이 되지 않거나 암 치료에 영향을 미칠 경우 오피오이드가 처방될 수 있습니다. 오피오이드는 일상 활동을 하고 삶의 질을 개선할 수 있도록 통증을 관리하는 데 도움이 될 수 있습니다.

널리 처방되는 몇 가지 오피오이드는 다음과 같습니다.

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">● 하이드로코돈(비코돈®)● 옥시코돈(퍼코셋, 옥시콘틴®)● 타펜타돌(뉴신타®)● 히드로모르폰(딜라우디드®)● 모르핀(듀라모프)● 펜타닐 패치(듀라제식) | <ul style="list-style-type: none">● 부프레놀핀(부트란®, 벨부카®)● 코드인(코드인 설파이트)● 트라마돌(울트람®)● 메타돈(돌로핀®)● 메페리딘(데메롤®) |
|--|---|

오피오이드 위기란 무엇일까요?

오피오이드 위기는 오피오이드 중독(물질을 사용하려는 강한 충동)과 오피오이드 관련 사망이 증가하는 것을 말합니다. 이 문제는 오피오이드 오용에 의해 발생합니다. 다음과 같은 경우 오피오이드 오용에 해당합니다.

- 의료진이 처방한 방식과 다르게 오피오이드 복용.

- 다른 사람의 오피오이드 복용.
- 필요치 않을 때 오피오이드 복용.

의료진의 지시를 따르면 오피오이드로 쉽게 통증을 관리할 수 있습니다.

어떻게 하면 안전하게 오피오이드를 복용할 수 있을까요?

다음 팁을 따르면 안전하게 오피오이드를 복용할 수 있습니다.

- 처방받은 대로만 복용합니다. 오피오이드 복용 시 의료진의 지시를 따릅니다. 의료진이 복용하라고 얘기한 양보다 더 많은 오피오이드를 복용하지 않습니다.
- 모든 약 목록을 만듭니다. 이 목록에는 복용 중인 모든 오피오이드와 다른 약, 그리고 식이 보충제(예: 허브, 비타민, 민간요법)를 포함시켜야 합니다. 약 이름과 복용량, 복용 빈도를 메모하십시오. 치료 팀이 약을 안전하게 관리할 수 있도록 내원할 때마다 이 목록을 가지고 오십시오.
- 오피오이드 복용 중에는 운전을 하지 않습니다. 오피오이드는 졸음을 유발하고 경계심을 떨어뜨려 사고가 발생할 수 있습니다.
- 오피오이드를 복용하는 동안에는 음주와 기분 전환용 약물 사용을 피합니다. 오피오이드 복용 중에 알코올이나 기분 전환용 약물을 사용하면 호흡 곤란과 같은 심각한 부작용이 생길 수 있습니다.
- 오피오이드는 안전하게 보관합니다. 잠긴 캐비닛과 같은 안전한 곳에 오피오이드를 보관하십시오. 방문자, 어린이, 친구, 가족 등 다른 사람이나 애완동물이 손댈 수 없는 곳에 보관해야 합니다.

- 오피오이드가 필요하지 않으면 가지고 있지 않습니다. 더 이상 필요하지 않을 경우, 사용하지 않았거나 기한이 만료된 오피오이드를 제거하십시오. 이렇게 하면 필요한 양보다 더 많이 복용하지 않는 데 도움이 될 수 있습니다. 또한 다른 사람이 복용하게 될 가능성도 낮아지게 됩니다. 자세한 사항은 “사용하지 않은 오피오이드는 어떻게 제거하면 될까요?” 섹션을 참조하십시오.
- 본인에게 처방된 오피오이드만 복용합니다. 다른 사람과 오피오이드를 공유하거나 다른 사람의 오피오이드를 복용하지 마십시오.
- 용량 변경에 관해서는 의료진과 상의합니다. 갑자기 오피오이드 복용을 멈추면 약물 금단 부작용이 생길 수 있습니다. 이는 중독되었다는 것을 의미하지는 않습니다. 너무 빠르게 약 복용을 멈출 때 나타나는 정상적인 반응입니다. 오피오이드 복용량을 늘리거나 줄이거나 복용을 중단하려는 경우, 의료진에게 안전한 방법을 문의하십시오.

날록손(나르칸®) 정보

오피오이드를 처방받은 경우, 날록손(나르칸)도 함께 처방될 수 있습니다. 이 비상 약은 처방된 양보다 더 많은 오피오이드를 복용할 경우, 오피오이드 과다 복용을 되돌리거나 차단할 수 있습니다. 자세히 알아보려면 *About Naloxone (Narcan®)* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/about-naloxone-narcan)을 참조하십시오. 날록손을 받은 경우, 의료진이 사용 방법을 알려드릴 것입니다.

날록손 사용 후에는 항상 911로 전화하십시오. 효과는 30분-90분 정도만 지속되며 추가적인 의학 적 치료가 필요할 수도 있습니다.

날록손을 사용해야 하는지 잘 모르겠으면 911로 전화하고 교환원의 지시를 따르십시오.

호흡 곤란이 발생하거나 의식불명 상태가 되면 다른 누군가가 즉시 911로 전화해야 합니다.

오피오이드 복용 시 일반적인 부작용으로는 어떤 것이 있을까요?

오피오이드를 복용하는 동안 부작용이 생길 수 있습니다. 다음은 일반적인 부작용으로, 그 밖에 다른 부작용이 생길 수도 있습니다. 부작용이 걱정스럽다면 의료진과 상의하십시오. 오피오이드의 부작용:

- 변비(평소보다 더 적은 배변량). 변비를 관리하는 방법에 대한 자세한 정보는 *변비 관리 방법* (www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/constipation)을 참조하십시오.

- 메스꺼움(토할 것 같은 느낌) 또는 구토(토하는 것). 일반적으로 며칠 내에 이 증상은 완화됩니다. Read *Managing Nausea and Vomiting* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/nausea-and-vomiting)를 참조하십시오.
- 낮 시간 동안의 졸음. 3-5일 내에 증상이 나아지지 않으면 의료진에게 전화하십시오.

연장자의 경우 부작용이 더 심한 이유는 무엇일까요?

- 연장자는 일반적으로 약 복용이 필요한 의료적 상태를 두 가지 이상 갖습니다. 따라서 서로 다른 약으로 인한 부작용 발생 가능성이 커지게 됩니다.
- 오피오이드를 복용할 경우, 졸음이 느껴지거나 넘어질 위험이 커질 수 있습니다. 연장자의 경우 넘어지는 것이 훨씬 더 위험할 수 있습니다. 연장자는 오피오이드를 복용하는 동안 주의를 기울여야 합니다. 지팡이와 같이 균형을 잡는 데 도움이 되는 도구를 사용해야 할 수도 있습니다. 자세한 내용은 *낙상 방지를 위한 조치* (www.mskcc.org/ko/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)을 참조하십시오.
- 연장자의 경우 기억 상실 문제가 생길 수 있습니다. 기억 상실이 있는 경우에 오피오이드를 복용하면 다음과 같은 문제가 발생할 수 있습니다.
 - 혼란 증가.
 - 졸음.
 - 환각(실제라고 믿지만 사실은 그렇지 않은 눈에 보이는 것, 소리, 냄새, 맛, 촉감).

이러한 부작용이 있으면 의료진과 상의하십시오.

오피오이드에 중독되어가고 있다는 것은 어떻게 알 수 있을까요?

중독은 통증이 없는데도 오피오이드를 복용하려는 통제할 수 없는 충동과 같은 느낌입니다.

중독 위험이 있다고 생각된다면 의료진과 상의하십시오. 몇 가지 일반적인 중독 위험 요인은 다음과 같습니다.

- 물질 남용을 한 개인적 경험 또는 가족력.
- 45세 이하.
- 우울(강한 슬픔이 드는 증상).

- 불안(강한 걱정이나 두려움).

암 관련 통증이 있는 사람이 중독되는 것은 흔치 않지만 가능은 합니다.

도움을 받으려면 어디로 가야 할까요?

중독되고 있다고 걱정이 되거나 오피오이드 복용에 관해 궁금한 점이 있으시면 치료 팀과 상의하십시오. 치료 팀에는 의사, 간호사, 상급 시술 제공인(APP) 및 사회 복지사가 있습니다. 이러한 분들이 환자에게 필요한 돌봄을 제공할 수 있습니다.

MSK는 모든 분들에게 오피오이드 오용의 위험성에 대해 알려드립니다. 오피오이드 오용으로 치료가 필요한 경우에는 MSK 또는 다른 치료 센터에서 필요한 지원을 받을 수 있습니다. 자세한 정보가 필요하면 아래 웹사이트를 방문하십시오.

질병 통제 예방 센터(CDC)

www.cdc.gov/opioids

CDC 웹사이트를 방문해서 오피오이드에 대해 자세히 알아보십시오.

미국 물질남용 및 정신보건 서비스국(SAMHSA)

800-662-HELP (800-662-4357)

www.samhsa.gov/find-help/national-helpline

SAMHSA의 내셔널 헬프라인은 무료의 기밀 추천 및 정보 전화 서비스입니다. 정신 또는 물질 사용 장애에 직면해 있는 분들과 그 가족들을 위한 서비스입니다. 헬프라인은 연중 무휴 이용 가능하며 영어와 스페인어로 서비스되고 있습니다. 자세한 정보가 필요하면 전화하거나 해당 웹사이트를 방문하십시오.

사용하지 않은 오피오이드는 어떻게 제거하면 될까요?

더 이상 필요하지 않을 경우, 사용하지 않았거나 기한이 만료된 오피오이드를 제거하는 것이 중요합니다. 이는 필요한 양보다 더 많은 오피오이드를 복용하지 않고 다른 사람이 본인의 오피오이드를 복용하지 못하도록 방지하는 데 도움이 됩니다.

오피오이드를 안전하게 제거하려면 다음 옵션 중 하나를 사용하십시오.

- 다음과 같은 곳에서 처방약 회수 이벤트를 확인해 보십시오.
 - 가까운 약국.

- 재활용 프로그램을 담당하고 있는 현지 재활용 코디네이터.
- 지역 정부 사무소.
- 미국 마약 단속반(DEA) Take Back Day 웹사이트(www.dea.gov/takebackday).
- **마약 단속반 Diversion Control Division 웹사이트**(bit.ly/2TGiC86)에서 가까운 통제되는 물질 공공 폐기장을 찾아보거나 800-882-9539로 전화하십시오.
- 또한 몇몇 오피오이드는 화장실에 버릴 수 있습니다. 약을 화장실에 버려야 하는지 확인하려면 **미국 식품의약청(FDA) 플러시 리스트**(bit.ly/2VigSCB)를 방문하십시오.
- 사용하지 않았거나 만료된 오피오이드는 다음 MSK 드롭오프 장소로 가지고 오십시오.

425 East 67th Street(요크 애비뉴와 퍼스트 애비뉴 사이)
Haupt Pavilion, Room A105
New York, NY 10065

자세한 내용은 *How to Get Rid of Unused Medicine*(www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/get-rid-of-unused-medicine)을 참조하십시오.

암 통증을 관리할 수 있는 다른 방법으로는 어떤 것들이 있을까요?

오피오이드 없이 암 통증을 관리하는 다른 방법은 치료 팀에 문의하십시오. 이러한 옵션 중 몇 가지는 환자분에게 더 효과가 좋고 위험과 부작용이 더 적을 수 있습니다. 다른 옵션으로는 다음과 같은 것들이 있습니다.

- 다른 유형의 진통제 복용 그러한 진통제로는 아세트아미노펜(타이레놀®), 이부프로펜(애드빌®), 나프록센(알리브®)과 같이 처방전 없이 구입할 수 있는 진통제 또는 비오피오이드 계열 처방약이 있습니다. 처방전 없이 구입할 수 있는 약이라고 하더라도 복용 중인 약에 대해 의료진과 상의하는 것을 잊지 마십시오.
- 신경 차단 시술. 이러한 약물이 주입되면 뇌로 전달되는 통증 신호가 멈추게 됩니다.
- 통합 의학 및 복지 서비스 일정 예약. 통합 의학 치료는 침술, 마사지, 요가 등의 자연 치료법과 전반적인 암 통증 관리 플랜을 결합한 것입니다. 자세한 정보가 필요하면 *Integrative Medicine Therapies and Your Cancer Treatment*(www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/integrative-therapies-cancer-treatment)를 참조하거나 646-449-1010으로 전화하십시오.

- 물리 치료와 운동. 물리 치료와 운동이 암 통증을 관리하는 데 도움이 될 수 있는지는 의료진과 상의하십시오.

궁금한 점이나 우려 사항이 있으면 의료진에게 연락하십시오. 의료진이 월요일부터 금요일까지 오전 9시와 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.

Safe Opioid Use: What You Need to Know - Last updated on July 16, 2026

모든 권리는 Memorial Sloan Kettering Cancer Center가 소유하고 보유합니다