

혈압은 낮추고 건강을 증진하세요

패킷 2: 약물

LA 건강 서비스 (L.A. Health Services) 에서 고혈압 관리에 관한 일상적인 도움말을 얻으려면 이 안내서를 읽고 담당 의료팀과 상담하십시오.*

패킷 1: 기본사항

고혈압에 대한 이해	02
혈압 측정에 관한 도움말	04
실천 계획: 혈압 조절	06

패킷 2: 약물

혈압약이 내 건강에 어떻게 도움이 될 수 있나요?	11
혈압약 복용을 위한 도움말	13
혈압약에 관한 이해	15

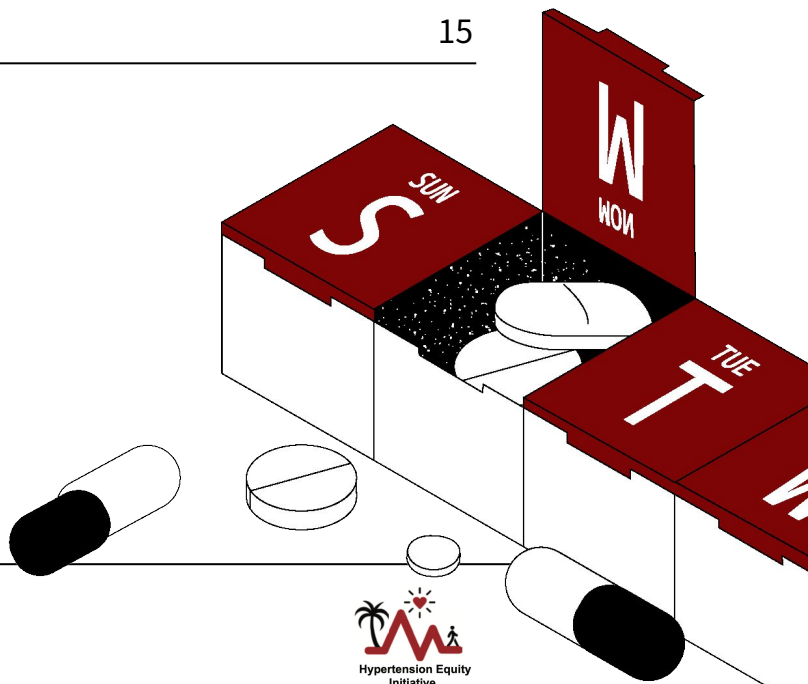
담당 의료팀에 영어로 된 안내서를 요청하십시오.
Ask your health team for handouts in English.

* 이 안내서는 정보 제공의 용도로만 사용됩니다.
이 정보는 의학적 조언이 아니며, 담당 의사가
제공하는 조언을 대체하지 않습니다.



UCLA

This project is funded by the National Institutes of Health (NIH) and was developed in partnership with RAND.
NIH/NHLBI Grant # U01HL154302



혈압약이 내 건강에 어떻게 도움이 될 수 있나요?

대부분의 경우 고혈압이 있으면 혈압약을 복용하십시오. 혈압약은 안전하고, 효과가 입증되었으며, 장기적인 위험이 낮습니다.

고혈압에 대한 치료법은 없지만 약을 복용하면, 때로는 평생 동안 복용해야 하지만 혈압을 조절하는데 도움이 됩니다. 혈압약은 심장 마비, 뇌졸중, 고혈압으로 인한 기타 심각한 문제의 위험을 낮추는 것을 돕습니다.

다음의 경우 보통 담당 의사가 혈압약을 처방합니다.

- 스스로 측정한 혈압 수치가 지속적으로 너무 높은 경우.
- 일상 습관의 변화와 함께 약을 병행하면 혈압을 더 잘 낮출 수 있는 경우.
- 특정 심장 질환이나 건강 문제가 있는 경우.

약병 라벨 이해하기

약국 이름과 주소	처방전 번호
Pharmacy Name and Address	Rx# 0031667947
처방 환자 번호	100553320
처방 환자 이름	Patient Name
처방 약품 이름	Amlodipine Besylate 10 mg tablet Generic for: Norvasc
처방 약품 복용 방법	Take 1 tablet by mouth daily
처방된 약의 양	QTY: 90
리필*약을 추가로 받으십시오. 방법은 아래를 참조하십시오.	04 refills before 12/01/24
	Telephone: (xxx) xxx-xxxx
	약국 전화 번호

*추가 처방 혹은 "리필" 받는 방법

약을 다 드시기 2주 전:

- 리필 횟수가 1회 이상 남아 있으면 약국에 전화하십시오.
LA 건강 서비스 약국에서 리필을 받으려면 **800-500-1853** 으로 연락하십시오. 약국에 가서 약을 받으십시오.
- 남아 있는 리필 횟수가 없으면 (또는 리필 0회) 담당 의사 진료실에 연락 하십시오.

혈압약에 대해 어떤 점을 알아야 하나요?

1. 몸 상태가 좋다고 느낄 때에도 제시간에 약을 복용 하십시오. 약병에 적힌 지시 사항을 따르십시오.

- 혈압이 높은 경우에도 사람들은 보통 완전히 정상이라고 느낍니다. 그러므로 몸 상태가 좋다고 느끼거나 혈압 수치가 정상일 때에도 혈압약을 제시간에 복용하는 것이 중요합니다.
- 문제가 생기면 약을 중단하기 전에 담당 의사와 상담하십시오.

2. 어떤 약이 혈압을 낮추는 데 가장 좋은지 알아내는 데에는 시간이 걸립니다. 인내심을 갖고 약에 대한 우려 사항을 담당 의사에게 알리십시오.



해낼 수 있어요!

- 약을 복용하면 실제로 혈압을 낮추는 데 몇 주가 걸릴 수도 있습니다.
- 의사에게 다음 진료 예약이 언제인지 문의하십시오. 진료소까지 가는 데 문제가 있는 경우(교통편 등) 의사에게 알려주십시오.
- 귀하에게 딱 맞는 약을 찾기 위해 담당 의사는 약의 세기(또는 "복용량"), 약의 종류를 신중하게 변경하거나 다른 약을 추가할 수 있습니다.

3. 혈압약이 기침, 설사, 소변을 자주 보는 등의 부작용을 일으킬 수 있습니다.

- 약품의 종류 마다 작용되는 신체의 부위가 다르기 때문에 복용 후 다양한 부작용을 일으킬 수도 있습니다. 부작용은 시간이 지나면 사라질 수 있습니다.
- 부작용이 있으면 담당 의료팀과 상담하십시오.

4. 많은 경우 고혈압이 있는 분들은 혈압을 낮추기 위해 동시에 두가지 이상의 약을 (때로는 평생 동안) 처방받습니다.

- 두 가지 이상의 약을 복용하면 한 가지 약만 복용하는 것보다 혈압이 더 낮아지는 경우가 많습니다.

5. 다른 처방약 혹은 약물을 복용하고 있는 경우에는 담당 의사와 상담 하십시오.

- 나프록센, 이부프로펜, 슈도에페드린, 일부 항우울제, 일부 피임약, 카페인, 각성제, 암페타민 등 일부 약품은 혈압을 높일 수 있습니다.
- 코카인이나 메스암페타민과 같은 물질을 사용하면 혈압이 높아질 수 있습니다. 담당 의사와 상담하십시오.

혈압약 복용을 위한 도움말

여러 가지 이유로 약 복용에 어려움을 가지는 분들을 위해 몇 가지 팁을 드립니다.
이 외의 우려 사항은 더 나은 지원을 위해 담당 진료팀에 문의하십시오.

“몸 상태가 좋아요. 약 먹을 필요가 없어요.”

- 혈압이 높아도 완전히 정상이라고 느낄 수 있으므로 제시간에 약을 복용하십시오. 약을 중단하기 전에 담당 의사와 상담하십시오.
- 심장 마비, 뇌졸중, 고혈압으로 인한 기타 심각한 문제를 예방하는 데 도움이 되도록 처방 받은 대로 약을 복용 하십시오.

“약 먹는 것을 자주 잊어버려요.”

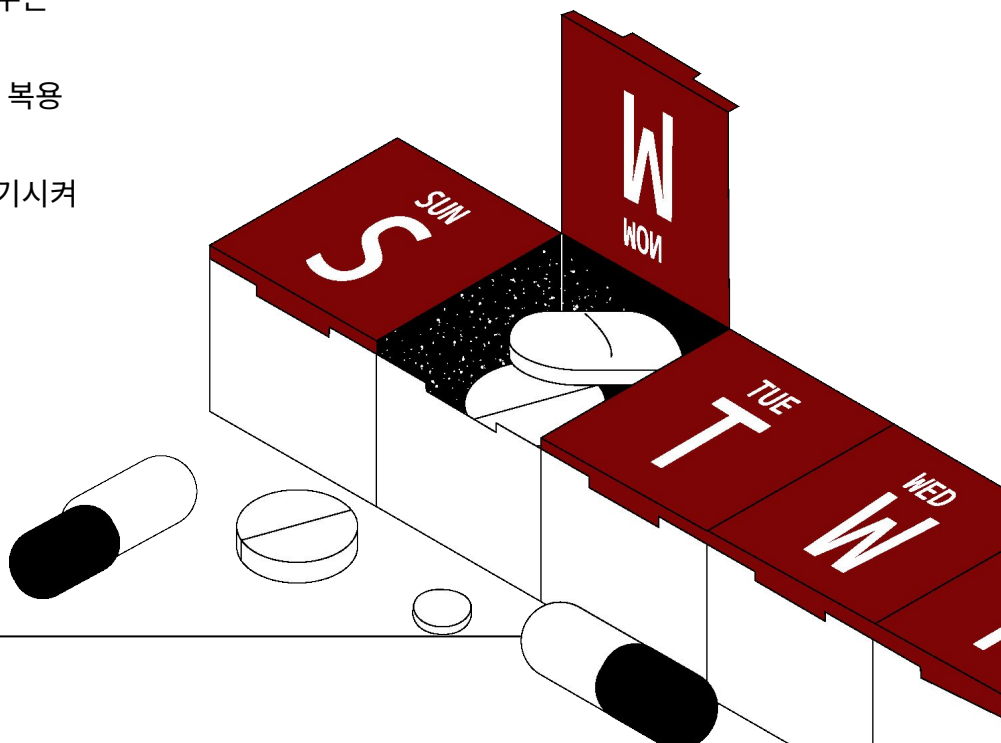
- 저렴한 요일별 알약 통을 구입할 수 있으면 알약 통을 사용하여 매주 약을 분류합니다. 이렇게 하면 약을 언제 복용했는지, 복용하지 않았는지 보다 쉽게 알 수 있습니다.
- 휴대폰에 매일 약 먹는 것을 상기시켜주는 알람을 설정 하십시오.
- 양치질 후 등 다른 일상 습관과 동시에 복용 하십시오.
- 가족이나 친구에게 약을 먹는 것을 상기시켜 달라고 요청 하십시오.

“너무 많은 종류의 약을 먹고 있어서 걱정이에요.”

- 여러 가지 혈압약을 복용하기 쉽게 한 개의 알약으로 혼합한 복합 알약에 대해 담당 의사나 약사에게 문의 하십시오.
- 담당 의사 진료실에 약병을 가져가면 의사가 귀하와 함께 약을 검토할 수 있습니다.
- AHA 내 약물 목록 또는 휴대전화 앱을 사용하여 약물 목록을 보관하십시오.

“보충제나 전통약, 또는 한약재를 먹고있어요.”

- 다음 의사 진료 방문에 보충제 목록을 가져 가십시오.



“약 리필 받는 것을 잊어버렸어요.”

- 자동 리필이나 처방 알림, 또는 두 가지 모두에 대해 약국에 문의 하십시오.
- 리필을 최대 90일분까지 받을 수 있는지 담당 의사에게 문의 하십시오.
- 약국에서 약을 우편으로 보내줄 수 있는지 문의 하십시오.
LA 건강 서비스 환자의 경우, 213-288-8480 번으로 전화해서 등록하면 우편으로 리필을 받을 수 있습니다. 이 서비스는 무료입니다!
약이 소진되기 2주 전에 리필이 우편으로 배송될 수 있도록 800-500-1853 번으로 전화하십시오.

“혈압에 대해 생각할 시간이나 에너지가 없어요.”

“약이 내 건강에 영향을 미치는지 모르겠어요.”

- 가지고 있는 질문과 우려 사항에 대해 담당 의사와 상담 하십시오. 가족이나 친구를 데리고 와서 도움을 받을 수 있습니다!

“약병에 있는 라벨이 이해가 안 돼요.”

- 약사, 담당 의사와 상담 하십시오. 원하는 언어로 라벨을 인쇄하거나 활자를 크게 할 수도 있습니다.

“약으로 인해 부작용이 있는 것 같아서 복용하고 싶지 않아요.”

- 경미한 증상인 경우 약을 계속 복용하면서 몇 주 동안 증상이 어떤지 확인합니다. 몸이 약에 익숙해지면 많은 부작용이 개선됩니다.
- 다른 약을 복용하는 것에 대해 담당 의사와 상담 하십시오. 사람마다 약이 다르게 반응합니다. 의사는 귀하에게 적합한 약을 찾을 수 있도록 도와드립니다.

“약이 너무 비싸요.”

- 일반적으로 "유명 상표" 의약품보다 저렴한 "일반" 또는 저가 의약품을 요청 하십시오. "일반" 및 "유명 상표" 의약품의 효능은 같습니다!
- 쿠폰이나 저가 의약품 프로그램을 이용 하십시오.
- 의약품 비용을 낮추는 방법에 대해 담당 의료팀과 상담 하십시오.

“건강 보험이 없으면 어떤 방법이 있나요?”

- LA 건강 서비스에서는 환자가 Medi-Cal을 통해 보장을 받을 수 있도록 돕거나, 재정 지원 프로그램을 통해 환자에게 재정 지원을 제공하기 위해 최선을 다하고 있습니다. 자세한 내용은 담당 의료팀에 문의하십시오.

혈압약에 관한 이해

약 선택하기

귀하와 담당 의사는 효능과 안전성이 있는 다양한 혈압약 중에서 선택할 수 있습니다. 나에게 가장 중요한 것이 무엇인지 의사와 상담하십시오.

- ☐ 하루 복용 횟수
- ☐ 부작용
- ☐ 약 알레르기
- ☐ 의약품 지불 비용
- ☐ 약을 약국에서 구입할 수 있는지

즉시 담당 의사에게 연락해야 하는 부작용 종류

약의 종류에 따라서 흔하지는 않지만 심각한 부작용을 일으킬 수 있습니다.

- 알레르기 반응(두드러기, 발진, 피부 벗겨짐, 얼굴 부종)
- 가슴 통증이나 압박감
- ACE 억제제와 관련하여 입이나 목이 붓는 증상
- 우울증
- 한 현기증 또는 기절
- 심박수가 너무 빠르거나 너무 느린 경우
- 간과 관련된 문제 징후(짙은색 소변, 토함, 황색 피부 또는 황달)
- 새로 나타난 마비 증상 또는 따끔거림
- 신장 문제(소변을 볼 수 없음, 소변에 혈액이 섞여 있음)
- 숨이 가쁨
- 극심한 복통
- 극심한 피부 발진

개인적으로 궁금하거나 중요한 사항은 의사와 상담 하십시오.

- ☐ 목표는 무엇인가요?
- ☐ 치료 옵션에는 어떤 것이 있나요? 해당 옵션을 제안하는 이유는 무엇인가요? 각 옵션의 장단점은 무엇인가요?
- ☐ 의학적 조언(약물 복용 등)을 따르거나 따르지 않으면 어떻게 되나요?
- ☐ 해당 의학적 조언을 얼마나 오래 따라야 하나요?
- ☐ 해당 의학적 조언을 서면으로 작성해 줄 수 있나요?

본인(및 가족)의 의견을 공유하세요.*

- ☐ 내게 가장 중요한 것(가족, 건강, 일, 돈)과 이것이 내 건강 결정에 어떤 영향을 미치는지 말씀드리고 싶습니다.
- ☐ 나는(및 내 가족은) 다음과 같은 우려 사항이 있습니다: _____.

*가족 또는 친구와 함께 진료를 받을 수 있습니다.
또는 전화 통화로 함께 할 수 있습니다.

명확한 소통 관련 질문 예시

- ☐ 한국어 통역사를 사용할 수 있나요?
- ☐ 다음 진료 예약은 언제로 잡아야 하나요?
- ☐ 질문 또는 문제가 있는 경우 연락할 수 있는 방법에는 무엇이 있나요?

혈압약 종류

혈압을 낮추기 위해서는 복합적인 약을 통해 신체의 다양한 부위를 작용 해야 합니다.
약이나 약 복용량을 바꾸기 전에 담당 의사와 상담하십시오.

LA 건강 서비스에서 일반적으로 사용되는 약은 회색으로 표시*

약품 이름 영어 발음	약품 종류	해당 약이 혈압을 낮추는 법	일반적인 부작용 부작용이 전혀 없거나, 한가지 이상 있을 수 있으나 시간이 지나면 사라질 수 있습니다.
아밀로라이드 Amiloride <i>a mil' oh ride</i>	이뇨제 (“물약”)	신장에 작용하여 혈관을 이완시킴	설사, 가스, 두통, 가슴쓰림, 배탈
암로디핀 Amlodipine <i>am-loh-dih-peen</i>	칼슘 채널 차단제	혈관을 이완시킴	발목 부종, 현기증, 홍조, 메스꺼움, 졸음, 배탈
아테놀롤 Atenolol <i>a ten' oh lol</i>	베타 차단제	심박수를 늦추고 혈관을 이완시킴	설사, 현기증, 피로, 메스꺼움
베나제프릴 Benazepril <i>ben-az-eh-pril</i>	안지오텐신 전환 효소 (ACE) 억제제	혈관을 이완시키고, 신장에 작용하여 소변을 통해 수분과 염분을 제거함	기침, 현기증, 두통
부메타니드 Bumetanide <i>byoo met' a nide</i>	루프 이뇨제 (“물약”)	신장에 작용하여 소변을 통해 수분과 염분을 제거함	자른 배뇨, 현기증, 두통, 배탈
캡토프릴 Captopril <i>kap' toe pril</i>	안지오텐신 전환 효소 (ACE) 억제제	혈관을 이완시키고, 신장에 작용하여 소변을 통해 수분과 염분을 제거함	기침, 현기증, 미각 변화
카베딜롤 Carvedilol <i>kar' ve dil ol</i>	베타 차단제	심박수를 늦추고 혈관을 이완시킴	현기증, 두통, 설사, 배탈, 체중 증가, 관절통
클로르탈리돈 Chlorthalidone <i>klor-thal-ih-done</i>	이뇨제 (“물약”)	신장에 작용하여 소변을 통해 수분과 염분을 제거함	경련, 변비, 설사, 현기증, 두통, 배탈
클로니딘 Clonidine <i>kloe' ni deen</i>	알파 작용제	뇌에 작용하여 심장 근육과 혈관을 이완시킴	구강 건조, 변비, 현기증, 두통, 배탈 *연장 방출의 경우: 악몽, 식욕부진, 기분 과민
딜티아젠펜 Diltiazem <i>dil tye' a zem</i>	칼슘 채널 차단제	혈관과 심장 근육을 이완시킴	변비, 기침, 현기증, 홍조, 두통, 피로
에날라프릴 Enalapril <i>e nal' a pril</i>	안지오텐신 전환 효소 (ACE) 억제제	혈관을 이완시키고, 신장에 작용하여 소변을 통해 수분과 염분을 제거함	기침, 현기증
에날라프릴 및 히드로클로로티아지드 Enalapril and Hydrochlorothiazide (HCTZ)	에날라프릴과 HCTZ 2가지 약품을 함유한 “복합제”		자른 배뇨, 기침, 현기증, 두통, 변비, 설사
프로세미드 Furosemide <i>fyoor oh' se mide</i>	루프 이뇨제 (“물약”)	신장에 작용하여 소변을 통해 수분과 염분을 제거함	자른 배뇨, 변비, 설사, 현기증, 두통, 위경련
히드랄라진 Hydralazine <i>hye dral' a zeen</i>	직접 혈관 확장제	혈관을 이완시킴	설사, 두통, 식욕부진, 배탈, 발진, 홍조
히드로클로로티아지드 Hydrochlorothiazide (HCTZ) <i>hye-droe-klor-oh-thy-ah-zide</i>	이뇨제 (“물약”)	신장에 작용하여 소변을 통해 수분과 염분을 제거함	자른 배뇨, 변비, 설사, 현기증, 두통, 위경련
인다파미드 Indapamide <i>in dap' a mide</i>	이뇨제 (“물약”)	신장에 작용하여 소변을 통해 수분과 염분을 제거함	경련, 허리 통증, 현기증, 두통, 콧물, 초조함

약품 이름 영어 발음	약품 종류	해당 약이 혈압을 낮추는 법	일반적인 부작용 부작용이 전혀 없거나, 한가지 이상 있을 수 있으나 시간이 지나면 사라질 수 있습니다.
라베탈롤 Labetalol <i>la bet' a lol</i>	베타 차단제	심박수를 늦추고 혈관을 이완시킴	현기증, 코막힘, 두피 따끔거림, 배탈
리시노프릴 Lisinopril <i>lys-in-oh-pril</i>	안지오텐신 전환 효소 (ACE) 억제제	혈관을 이완시키고, 신장에 작용하여 소변을 통해 수분과 염분을 제거함	기침, 현기증, 두통, 기운 저하
리시노프릴 및 히드로클로로티아지드 Lisinopril and Hydrochlorothiazide (HCTZ)	리시노프릴과 HCTZ 2가지 약품을 함유한 “복합제”		жа은 배뇨, 기침, 현기증, 두통, 허약감, 변비, 설사
로사르탄 Losartan <i>loe-sar-tan</i>	안지오텐신 수용체 차단제 (ARB)	혈관을 이완시키고, 신장에 작용하여 소변을 통해 수분과 염분을 제거함	허리 통증, 감기 증상, 설사, 현기증, 가슴쓰림, 코막힘
로사르탄 및 히드로클로로티아지드 Losartan and Hydrochlorothiazide (HCTZ)	로사르탄과 HCTZ 2가지 약품을 함유한 '복합제'		жа은 배뇨, 허리 통증, 감기 증상, 현기증, 변비, 설사
메틸도파 Methyldopa <i>meth ill doe' pa</i>	알파 작용제	뇌에 작용하여 심장 근육과 혈관을 이완시킴	발목 부종, 구강 건조, 두통, 졸음, 허약함
메톨라존 Metolazone <i>me tol' a zone</i>	이뇨제 또는 “물약”	신장에 작용하여 소변을 통해 수분과 염분을 제거함	현기증, 복부 팽만감, 변비, 설사, 두통, 관절통
메토프롤롤 숙시네이트 메토프롤롤 타르테이트 Metoprolol Succinate Metoprolol Tartrate <i>me toe' proe lol</i>	베타 차단제	심박수를 늦추고 혈관을 이완시킴	설사, 현기증, 배탈
미녹시딜 Minoxidil <i>mi nox' i dill</i>	직접 혈관 확장제	혈관을 이완시킴	발모, 배탈, 구토
니페디핀 Nifedipine <i>nye-fed-ih-peen</i>	칼슘 채널 차단제	혈관을 이완시킴	현기증, 홍조, 두통, 가슴 쓰림, 불안, 배탈
프로프라놀롤 Propranolol <i>proe pran' oh lol</i>	베타 차단제	심박수를 늦추고 혈관을 이완시킴	변비, 설사, 현기증, 위경련, 피곤함, 배탈, 이상한 꿈
스피로노락톤 Spironolactone <i>spir on'' oh lak' tone</i>	이뇨제 또는 알도스테론 길항제	신장에 작용하여 소변을 통해 수분과 염분을 제거함	메스꺼움, 설사, 현기증, 탈모, 두통, 위경련
테라조신 Terazosin <i>ter ay' zoe sin</i>	알파 차단제	혈관을 이완시킴	허약감, 현기증, 두통, 기력저하, 코막힘
토르세미드 Torsemide <i>tore' se mide</i>	루프 이뇨제 “물약”	신장에 작용하여 소변을 통해 수분과 염분을 제거함	жа은 배뇨, 기침, 변비, 설사, 두통, 인후통, 배탈
트리암테렌 및 히드로클로로티아지드 Triamterene and Hydrochlorothiazide (HCTZ)	트리암테렌과 HCTZ 2가지 약품을 함유한 “복합제”		жа은 배뇨, 변비, 설사, 현기증, 두통, 메스꺼움
베라파밀 Verapamil <i>ver ap' a mil</i>	칼슘 채널 차단제	심장 근육과 혈관을 이완시킴	변비, 현기증, 두통

참고문헌:

1. Medline. www.medlineplus.gov/druginfo/meds
2. Uptodate Patient Drug Information. www.uptodate.com/contents/

Version 6. Last updated July 15, 2025.