

가임기 부부와 임신부의
안전한 의약품 사용을 위한 길라잡이

슬기로운 임부생활



식품의약품안전처



한국의약품안전관리원

Q

임신을 계획하고 있다면?

♥ 엽산 복용

- 가임기 여성의 권장 섭취량 : 1일 400 μ g
(고위험 여성의 경우, 의사의 판단에 따라 섭취량이 늘어날 수 있음)
- 섭취 권장 기간 : 최소 임신 1개월 전 ~ 임신 후 3개월까지

♥ 건강 관리

- 건강 · 구강검진 받기, 예방접종 하기
- 만성질환을 보유하고 있을 경우,
임신을 고려한 의약품 처방이나 치료 등을 위해
임신 전 상담 받기

♥ 생활 습관 개선

- 임신 전 금주, 금연 하기
- 고열에 노출되는 것을 피하기
- 육류는 완전히 익혀서 먹기



Q

임신과 예방접종

접종
권장

- 인플루엔자(독감)
- 파상풍·디프테리아·백일해(Tdap)

상황에 따른
접종
고려

- B형 간염

접종
금기

- **생백신**
홍역·유행성이하선염·풍진(MMR), 수두, 대상포진,
인플루엔자(생백신), 일본뇌염(생백신)
※가임 여성은 생백신 접종 후 4주간 임신을 피하도록 함



Q

임신 주 수에 따른 의약품의 영향

*임신 주 수: 마지막 월경 시작일 기준



착상전기

~임신 4주

- 외부 영향으로 인해 세포 손상 시 유산이 되거나, 완전히 회복 되어 정상 임신을 유지할 수도 있는 시기
- 단, 반감기가 긴 의약품은 체내에 남아 영향을 미칠 수 있어 주의



기관형성기

임신 4~10주

- 체내 각 기관이 형성 되는 기간으로 기형 유발 의약품, 알코올 등 **외부 유해물질에 가장 민감한 시기**
- 각 장기의 분화시기가 다르므로 어느 시기에 어떤 위험 인자에 노출 되었느냐에 따라 태아에 미치는 영향이 다를 수 있음



태아기

임신 10주~출산

- 이미 형성된 태아의 기관이 성장하고 기능적 발달이 일어나는 시기
- 임신 10주 전후는 외부 생식기가 형성되는 기간으로 성호르몬에 영향을 줄 수 있는 의약품에 노출되는 것을 주의

Q

임신 중 흔히 나타나는 증상과 치료요법

입덧

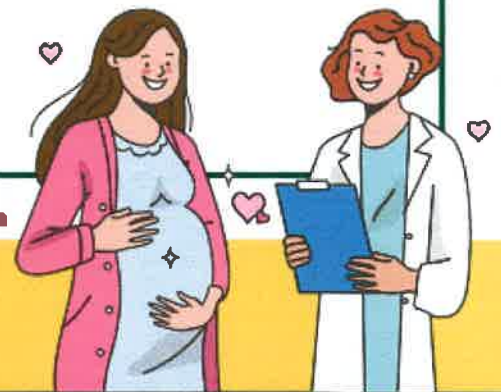
비약물요법

- 입덧을 유발하는 특정 냄새나 음식 섭취 피하기
- 자극적인 맛이나 지방이 많은 음식 섭취 줄이기
- 크래커나 마른 음식 등을 조금씩 자주 먹기
- 생강이 함유된 식품이나 생강차를 조금씩 섭취하기

약물요법

- 독실아민/피리독신
- 피리독신(필요시 디멘히드리네이트 추가)

증상이 있을 시, 의사 또는 약사와 상담하세요!
증상이 심한 경우 약물 치료가 필요할 수 있습니다.



Q

임신 중 흔히 나타나는 증상과 치료요법

변비

비약물요법

- 유산소 운동을 하고 충분한 수분 섭취하기
- 프룬주스 또는 유산균 함유 식품, 유산균 증식과 배변활동 원화에 도움을 주는 영양제 (프로바이오틱스) 섭취하기

약물요법

- 수산화마그네슘

속쓰림 및 역류성 식도염

비약물요법

- 베개를 높이고, 취침 2~3시간 전부터 음식 섭취 피하기
- 카페인 함유 식품, 초콜릿, 양파, 페퍼민트, 지방이 많은 음식 등은 피하기

약물요법

- 마그네슘 등을 함유한 제산제
- 수크랄페이트
- 위산분비억제제(파모티딘 등)



증상이 있을 시, 의사 또는 약사와 상담하세요!
증상이 심한 경우 약물 치료가 필요할 수 있습니다.

Q

임신 중 흔히 나타나는 증상과 치료요법

감기

비약물요법

- 충분한 수분 섭취, 영양 공급하기
- 면역 기능의 향상을 위해 충분한 휴식 취하기

약물요법

- [해열/진통] 아세트아미노펜
- [콧물/코막힘] 클로르페니라민, 디펜히드라민
- [기침] 덱스트로메토르판, 디펜히드라민

Tip 비스테로이드성 소염진통제는 임신 말기에 장기 복용 시 태아 동맥관이 조기 폐쇄될 수 있으므로 주의

알레르기 재채기, 가려움, 콧물, 충혈 등

비약물요법

- 알레르기를 유발하는 물질을 이미 알고 있다면 노출되지 않도록 조심하기

약물요법

- 항히스타민제 (클로르페니라민, 세티리진 등)

Tip 스테로이드 함유 외용제는 반드시 의사의 처방에 따라 사용을 권장



증상이 있을 시, 의사 또는 약사와 상담하세요!
증상이 심한 경우 약물 치료가 필요할 수 있습니다.

Q

임신 중 흔히 나타나는 증상과 치료요법

두통

비약물요법

- 충분한 휴식과 수면을 취하고, 규칙적인 운동하기
- 어깨를 마사지해주거나 따뜻한 수건으로 얼굴 감싸기

약물요법

- 아세트아미노펜

허리 통증

비약물요법

- 충분한 휴식 취하기
- 편한 신발을 신고, 바른 자세로 생활하기
- 바닥에 등을 대고 자지 않도록 하고, 왼쪽 옆으로 자기
- 복대를 하거나, 허리 근육을 강화시키는 운동하기

약물요법

- 아세트아미노펜



증상이 있을 시, 의사 또는 약사와 상담하세요!
증상이 심한 경우 약물 치료가 필요할 수 있습니다.



의약품 부작용 보고 및
피해구제 신청 상담

☎ 1644-6223

www.drugsafe.or.kr