



# 항불안제

## 요약

항불안제는 불안증의 치료와 증상 완화에 사용되는 약물이다. 중추신경계에 작용하는 신경전달물질을 조절하여 불안증에 의한 정신적, 신체적 증상들을 완화시킨다. 대표적인 부작용은 졸음, 집중력 저하 등이다.

## 외국어 표기

anxiolytics(영어)  
抗不安劑(한자)

동의어: 불안증 치료제, anti-anxiety agent, anti-anxiety drug

유의어·관련어: 진정제, 鎮靜劑, 부정온제, 不靜穩劑, tranquilizer, 신경안정제, 神經安靜劑, sedative, 벤조디아제핀계 약물, benzodiazepine

## 불안증

불안증은 불안장애라고도 하는데 통제할 수 없는 불안감이 지속되어 신체적 혹은 정신적인 증상으로 나타나 정상적인 일상생활이 어렵게 되는 질환이다. 뇌에서 불안이나 공포 등 정서적인 부분을 담당하는 신경전달물질의 부족이나 과다, 유전적 원인, 사회·심리학적 측면 등 다양한 원인이 복합적일 수 있어서 원인을 정확하게 규정하기는 어렵다. 불안하지 않을 상황을 잘못 인지해서 교감신경계가 자극되어 땀이 나고 심장이 뛰는 등의 반응이 일어나거나 중추신경계를 자극하여 불안, 공포, 불면 등의 증상이 나타나게 된다. 불안장애는 범불안장애\*, 강박장애, 공황장애, 사회 공포증, 외상 후 스트레스 장애 등 다양한 질병의 형태로 나타난다. 약물치료에는 벤조디아제핀계 약물 등의 항불안제가 사용되며 약물 치료 외에 정신요법†, 인지 행동치료† 등을 병행할 수 있다.

\* 범불안장애: 불안장애의 하나로 일상생활의 다양한 주제에 과도하고 통제하기 힘든 비합리적인 걱정을 주요 특징으로 한다.

† 정신요법: 현실적인 문제들을 다루어 스트레스를 경감시키거나 효율적으로 일상생활에 적응할 수 있도록 도와주는 방법이다.

‡ 인지 행동치료: 불안에 대응하는 왜곡된 인지를 교정하여 불안한 상황에 압도되거나 도피하지 않고 효율적인 방법을 찾도록 하는 방법으로 근육 이완법, 명상, 요가, 최면 등이 있다.

## 약리작용

항불안제는 불안증의 치료와 증상 완화에 사용되는 약물이다. 신경안정제, 부정온제라고도 하며, 벤조디아제핀계 약물, 부스피론, 진정 작용이 있는 항히스타민제 등으로 분류된다. 또한 불안증과 우울증이 동시에 나타나는 환자의 경우 항우울제도 함께 사용할 수 있다. 각 종류별 약리작용은 다음과 같다.

### 벤조디아제핀계 약물

벤조디아제핀계 약물은 정신과 영역뿐만 아니라 의학 전반에 걸쳐 다양하게 사용되는 항불안제로 공통된 화학구조를 가지는 약물 계열을 통칭한다. 중추신경의 벤조디아제핀 수용체와 결합하여 가바\*라는 억제성 신경전달물질의 기능을 강화하여 항불안, 진정, 근육 이완 효과를 나타내며 급성 불안과 흥분을 조절하는데 일차 선택 약물로 사용되고 있다. 경구약(먹는 약)뿐 아니라 근육주사나 정맥주사로 신속한 효과를 나타내서 주사제로도 많이 처방된다.

\* 가바(gamma aminobutyric acid, GABA): 중추신경계에 존재하는 억제성 신경전달물질로써 주로 신경흥분을 감소시키는 역할을 한다.

### 부스피론

부스피론의 작용기전은 명확하게 밝혀지지 않았으나, 세로토닌 1A 수용체\*에 효능제† 또는 부분적 효능제로 작용하여 항불안 효과를 나타내는 것으로 알려져 있다.

\* 세로토닌 1A 수용체: 세로토닌은 뇌의 시상하부에 존재하는 신경전달물질의 하나로 행복감, 포만감 등을 느끼게 한다. 세로토닌 수용체는 세로토닌과 결합하여 생리활성을 일으키는 수용체이다.

† 효능제: 세포 수용체와 결합하여 그 고유작용을 나타내도록 하는 약물

## 항히스타민제

항히스타민제는 두드러기, 발적\*, 소양감(피부 가려움증) 등의 알레르기성 반응에 관여하는 히스타민의 작용을 억제하는 약물이다. 부작용으로 진정, 졸음 등을 유발할 수 있는데, 항히스타민제 중 진정 작용이 있는 약물이 불안 및 긴장 완화에도 사용된다.

\* 발적: 모세혈관의 충혈에 의하여 피부 및 점막이 붉은색을 띠는 현상

## 종류

### 벤조디아제핀계 약물

벤조디아제핀계 약물 중 클로르디아제폭사이드, 디아제팜, 알프라졸람, 로라제팜 등이 불안증에 사용된다. 약물에 따라 반감기와 벤조디아제핀 수용체에 대한 친화력, 지용성 등에 차이가 있다. 예를 들어 지용성이 높은 디아제팜은 효과가 빠르고 장시간 작용한다. 반면에 지용성이 덜한 로라제팜은 반감기는 짧지만 벤조디아제핀 수용체에 대한 높은 친화력으로 효과를 유지시킨다. 의존성 및 오남용의 위험이 있어 향정신성의약품\*으로 지정되어 있다. 제품으로는 바리움®(디아제팜), 자낙스®(알프라졸람), 아티반®(로라제팜) 등이 있다.

\* 향정신성의약품: 중추신경계에 작용하는 것으로 오용 또는 남용할 경우 인체에 현저한 위해가 있다고 인정되는 약물. 향정신성의약품으로 지정되면 마약류로 취급되어 엄격한 관리, 처벌규정이 적용된다.

### 부스피론

부스피론은 벤조디아제핀계 약물과는 달리 의존성이나 중독의 우려가 없는 장점이 있다. 반감기가 짧아 1일 3회 투여해야 하며, 항불안 효과는 즉각적이지 않아서 몇 주간 복용해야 한다. 제품으로는 부스파® 등이 있다.

### 항히스타민제

항히스타민제 중 히드록시진이 불안과 긴장의 완화에 사용된다. 제품으로는 아디팜® 등이 있다.

## 효능·효과

불안장애의 치료와 증상 완화에 사용된다.

## 부작용

항불안제의 종류에 따라 부작용에 약간 차이가 있다. 각 종류별 대표적인 부작용은 다음과 같다.

- 벤조디아제핀계 약물: 졸음, 기억력 감퇴, 어지러움, 두통, 구강건조 등
- 부스피론: 현기증, 두통, 졸음, 착란, 비정상적인 꿈, 마비감, 발한, 오심, 설사, 시야몽롱, 이명 등
- 항히스타민제 중 히드록시진: 졸음, 두통, 진정, 피로, 입 마름 빈맥, 변비, 배뇨곤란, 구토 등

그 외에 부작용에 관한 상세한 정보는 제품설명서 또는 제품별 허가정보에서 확인할 수 있다. 부작용이 발생하면 의사, 약사 등 전문가에게 알려 적절한 조치를 취할 수 있도록 한다.

## 주의사항

- 항불안제는 졸음, 주의력과 집중력의 저하를 유발할 수 있으므로 자동차 운전이나 위험을 수반하는 기계 조작을 하지 않도록 한다.
- 알코올이나 중추신경계에 작용하는 약물과 함께 투여할 경우 부작용의 위험이 커질 수 있으므로 병용하지 않는다.
- 대부분의 항불안제는 입 마름, 변비, 뇨 저류, 인지기능 저하, 소화액 분비 감소 등의 항콜린 부작용<sup>\*</sup>을 유발할 수 있으므로 주의한다.
- 벤조디아제핀계 약물은 치료용량이라 하더라도 장기간 복용하면 정신적인 의존뿐 아니라 신체적인 의존

이 생길 수 있으므로 장기간 사용 시 주의해야 한다. 또한 갑자기 복용을 중단하는 경우 불면, 경련, 땀, 떨림 등의 금단증상이 발생할 수 있으므로 중단 시는 천천히 감량해야 하며 반드시 의사의 지시에 따라야 한다.

- 부스피론은 중추의 도파민<sup>†</sup> 수용체에 작용할 수 있으므로 도파민이 관여하는 증상인 위파킨슨증<sup>‡</sup>, 장시간 정좌불능<sup>§</sup> 등이 발생할 수 있어서 주의 깊게 살펴보아야 한다.

\* 항콜린 부작용: 부교감신경 말단에서 분비되는 신경전달물질인 아세틸콜린 수용체를 차단하는 약물들의 부작용을 말한다.

† 도파민(dopamine): 뇌 신경세포의 흥분을 전달하는 신경전달물질의 하나이다. 뇌에 도파민이 과다분비되면 강박증, 조현병, 과대망상을 일으키며, 반대로 도파민이 부족하면 ADHD, 파킨슨병을 유발하기도 한다.

‡ 위파킨슨증: 파킨슨병은 아니지만 파킨슨병처럼 나타나는 증상

§ 정좌불능(akathisia): 가만히 앉은 채로 있지 못하고 서거나 제자리걸음을 하거나 몸을 전후좌우로 흔드는 상태

그 외 상세한 정보는 제품설명서 또는 제품별 허가정보에서 확인할 수 있다.