

비타민 K 주사: 신생아에게 왜 필요한가요?

비타민 K란 무엇인가요?

비타민 K는 중요한 영양소입니다. 체내에서 혈액 응고와 출혈을 멈추는 데 이용됩니다.

비타민 K는 어디에서 자연적으로 얻을 수 있나요?

성인은 우리가 먹는 음식과 장내 균에서 비타민 K를 얻습니다. 아기들은 비타민 K 수치가 낮은 상태로 태어나며, 스스로 비타민 K를 생성할 만큼 충분한 장내 균을 가지고 있지 않습니다.¹ 비타민 K 주사는 출생 시 아기의 낮은 비타민 K 수치를 증가시켜 줍니다.

아기들은 왜 비타민 K가 필요한가요?

모든 아기들은 비타민 K 수치가 낮은 상태로 태어납니다.² 태어날 때 가진 양으로는 '비타민 K 결핍성 출혈(vitamin K deficiency bleeding)'이라는 출혈 장애를 예방하기에 충분하지 않습니다.

비타민 K 결핍성 출혈이란 무엇인가요?

비타민 K 결핍성 출혈은 아기에게 나타나는 출혈 장애입니다. 출생 직후 비타민 K 주사 1회로 예방할 수 있습니다. 이 주사를 맞지 않은 상태에서 비타민 K 결핍성 출혈이 발생하면 신체적 상해가 없어도 아기에게 치명적일 수 있습니다. 비타민 K 결핍성 출혈은 혈액 내의 비타민 K가 응혈을 형성할 만큼 충분하지 않아 아기에게 발생합니다. 출혈은 신체 내부 또는 외부에서 일어날 수 있습니다. 출혈이 신체 내부에서 발생할 때는 알아차리기 어려울 수 있습니다. 비타민 K 결핍성 출혈이 있는 아기는 내부 장기 또는 뇌 안으로 출혈이 일어날 수 있으며, 뇌 손상으로 이어지거나 심지어 사망에 이를 수 있습니다. 비타민 K 결핍성 출혈의 대부분은 생후 첫 2주 내에 발생하지만, 비타민 K 주사를 맞지 않은 아기들은 생후 6개월까지 비타민 K 결핍성 출혈의 위험에 처할 수 있습니다.¹

뉴욕의 모든 아기들은 비타민 K 주사를 맞아야 하나요?

예, 그렇습니다. 뉴욕주에서는 비타민 K 결핍성 출혈을 예방하기 위해 출생 후 6시간 이내에 아기의 의료 제공자가 비타민 K를 투여하도록 규정하고 있습니다. 미국 소아과 학회(American Academy of Pediatrics)는 신생아에게 비타민 K 주사를 근육 내 지정 용량으로 투여할 것을 권장합니다.³ 비타민 K 주사는 1961년 미국 소아과 학회에서 처음 권장된 이후로 계속 사용되어 왔습니다.

모유 수유가 아기의 비타민 K 수치를 높일까요?

모유는 아기에게 가장 영양가 있는 음식이지만 비타민 K가 충분하지 않습니다. 엄마가 임신 중이나 모유 수유 중에 비타민 K가 풍부한 식품을 더 먹거나 비타민 K 보충제를 복용하더라도 아기는 여전히 비타민 K 결핍성 출혈을 예방하기에 충분한 비타민 K를 가질 수 없습니다.¹ 미국 소아과 학회는 모유 수유 또는 분유 사용 여부에 관계없이 모든 신생아가 비타민 K 주사를 맞을 것을 권장합니다.⁴

경구 비타민 K는 어떤가요?

신생아를 위한 경구 비타민 K는 아기를 보호하는 데 있어 주사만큼 효과적이지 않으며, 미국 식품의약국(United States Food and Drug Administration)에서 신생아에 사용 승인을 받지 않았습니다.⁵ 출생 시 주사하는 비타민 K는 비타민 K 결핍성 출혈을 예방하는 가장 좋은 방법입니다.

비타민 K 주사와 관련된 잠재적 위험이 있나요?

아니요. 비타민 K는 1961년 이래로 신생아 출혈의 위험을 예방하기 위해 안전하게 사용되어 왔습니다. 비타민 K 주사는 아기에게 안전하고 필수적입니다.

비타민 K 주사가 아플까요?

부모님들은 아기가 아파하는 것을 보고 싶어 하지 않습니다. 아기들은 비타민 K 주사를 맞은 후 약간의 불편함을 겪습니다.⁶ 비타민 K 주사 후 아기를 달래고 싶다면 모유 수유를 하거나, 아기를 피부로 맞대고 안아주거나, 아기를 포대기로 감싸주면 됩니다.⁵ 이 모든 방법들은 아기를 위로하는 좋은 방법입니다.

¹ www.cdc.gov/ncbddd/vitamink/faqs.html

² www.mountsinai.org/health-library/diseases-conditions/vitamin-k-deficiency-bleeding-of-the-newborn

³ <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/prenatal/delivery-beyond/Pages/Where-We-Stand-Administration-of-Vitamin-K.aspx>

⁴ www.cdc.gov/breastfeeding/breastfeeding-special-circumstances/diet-and-micronutrients/vitamin-k.html

⁵ www.med.umich.edu/1libr/Pediatrics/VitaminKQuestionsAndAnswers.pdf

⁶ www.womenshealth.gov/pregnancy/childbirth-and-beyond/your-babys-first-hours-life