



# 가정통신문(약물 오남용 예방 교육)

학부모님 안녕하세요?

학생들의 증상에 따른 약물 복용 시 올바른 사용법 및 주의사항을 제대로 알고 복용을 하는 것이 중요합니다. 이에 가정에서도 약물 오남용을 함께 예방할 수 있도록 지도와 관심을 기울여 주시기 바랍니다.

## 1. 약물 오남용의 정의

약물 오용	약물 남용
의학적인 목적으로 사용하나 처방 받은 용법 대로 사용하지 않거나 다른 사람이 처방 받은 약을 사용하는 것	약물을 의학적인 목적이 아닌 몸과 마음, 기분의 변화를 위해 부적절하거나 비합법적으로 사용하는 것

## 2. 약물 오남용의 폐해

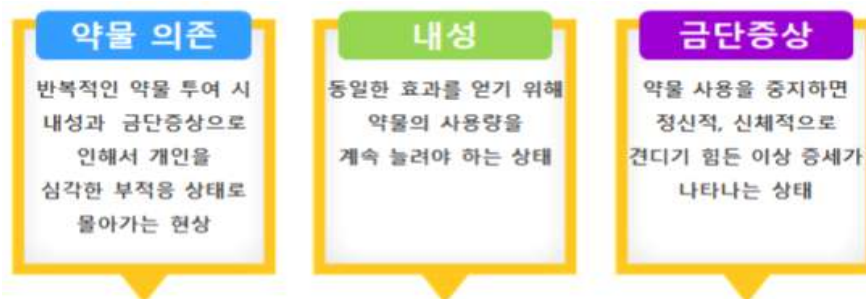
### 1) 약물 오용의 폐해

- 피부연고제 : 피부의 2차 감염, 모세혈관 확장, 피부 위축 등
- 안약 : 안압 상승, 시신경 손상, 녹내장 등
- 각성제 : 피로감, 장기간 사용 시 환각 및 환청
- 항생제 : 내성증가, 장기간 사용 시 재생불량성 빈혈 발생 등

### 2) 약물 남용의 폐해

- 면역 기능 저하, 뇌발달 저하

### <약물 오남용의 문제점>



## 3. 약물 오남용 예방법

### - 약물 오용 예방

- ① 약물 복용량과 시간을 잘 지키고, 부작용이 있으면 즉시 복용을 중단하고 의사나 약사에게 문의한다.
- ② 다른 사람이 처방 받은 약물을 임의로 복용하지 말아야 하며, 여러 가지 약을 함께 복용하지 않는다.

### - 약물 남용 예방

- ① 1차 예방 : 법적 체계의 강화, 약물 예방교육, 적극적인 홍보
- ② 2차 예방 : 조기 발견, 상담과 치료
- ③ 3차 예방 : 치료와 재활

## 4. 약의 부작용 및 주의 사항

소화제	부작용 : 장기간 복용 시 정상적인 소화액 분비 기능의 저하, 피부발진, 설사
	유의사항 : 지나친 복용은 의존성 유발, 임의로 장기 복용 시 심각한 질환이 생길 수 있음, 돼지고기 알레르기 있는 사람 주의

소염진통제	부작용 : 장기간 복용 시 속쓰림, 위궤양, 위출혈 유발 가능
종합감기약	유의사항 : 간이나 신장 질환자 주의
	★진해제, 거담제, 다른 감기약, 해열진통제, 진정제, 항히스타민제 복용X★ ★카페인 음료 복용 X - 불면증, 현기증, 오심, 구토, 부정맥 유발★
진해제	부작용 : 진해제 성분인 코데인은(마약성항히스타민) 졸음과 현기증 유발, 변비유발
	유의사항 : 졸음 운전 등 주의, 남용 중독 가능
생리통약	★다른 해열진통제, 다른 감기약 함께 복용 금지★
항생제	부작용 : 쇼크, 내성 균, 혈액 질환, 간 질환, 청각 장애
	유의사항 : 소아, 금기, 증상에 따라 약의 종류와 사용기간이 다르므로 주의
아스피린 제제	비타민 C와 함께 복용 금지 → 위출혈 발생 위험성

약 복용 시 피해야 할 음식	
약물 종류	피할 음식
고혈압약, 항우울제, 항히스타민제	오렌지, 자몽주스
변비약, 항생제	유제품
비타민제	녹차, 홍차
수면제, 진통제	알코올
천식 치료제	등푸른 생선, 카페인
호르몬제	인삼

### 5. 올바른 약 복용법

- ✓ 약 복용 전 이름과 약물 명, 복용법, 용량 확인하기.
- ✓ 증상이 비슷한 다른 사람의 약 복용 금지
- ✓ 약품 종류에 따라 올바르게 보관하기
- ✓ 약품 설명서 제대로 보기
  - 약품 명, 복용법, 용량 확인하기. •효과, 주의사항, 부작용•올바른 보관법

### 6. 올바른 약 보관법

- 직사광선을 피하고 될 수 있는 한 습기가 적고 시원한 곳에 보관한다.
- 약 봉투에 '냉장보관' 등이 쓰여 있는 경우 지시대로 따른다.
- 약품 본래의 용기에 보관하고, 사용하던 약을 다른 약병이나 약 봉투에 섞지 않는다.
- 유효기간을 잘 보이도록 표시해 두고, 오래된 약은 버린다.
- 약품 본래의 뚜껑을 잘 닫는다.
- 가족이 모두 아는 장소에 보관한다.
- 어린이의 손에 닿지 않는 안전한 곳에 보관한다.
- 드링크제 및 물약을 개봉해서 오래 두지 않는다.

2021. 6. 16.

배 영 고 등 학 교 장