



마약류 등 약물 오·남용 예방 안내

제 2022-189호

♣ 교무실 251-5811 ♣ 행정실 251-5809 ♣ FAX 251-5813  <http://www.cjsb.es.kr>

학부모님 안녕하십니까?

최근 10대 청소년을 중심으로 마약류로 지정된 식욕억제제(일명 “나비약”)를 병의원에서 처방받아 SNS 등을 통해 판매·구매하는 등의 불법 행위가 경찰당국에 적발된 사례가 있어 마약류 등 약물 오·남용 예방과 관련하여 다음과 같이 안내를 하오니 자녀의 안전을 위해 가정에서의 세심한 지도를 부탁드립니다.

□ 마약류

- 현행법은 마약류를 마약, 향정신성 의약품(향정), 대마 3종류로 나누고 있습니다.
- 향정신성 의약품이란 사람의 중추신경계에 작용하여 오용하거나 남용할 경우 인체에 심각한 위해가 있다고 인정되는 것들을 말합니다.

□ 향정신성 다이어트 약 (식욕억제제)

- 다이어트약 중에 향정신성의약품으로 지정된 성분(펜타민, 펜디메트라진, 마진돌 등)이 포함되어 있어 마약류 관리법에 의해서 엄격한 관리를 받고 있습니다.



향정신성 다이어트 약 (식욕억제제)의 부작용

- 향정신성의약품인 식욕억제제는 중추신경계를 자극해 심장이 빨리 뛰고 불면증, 손 떨림, 입 마름, 공격적인 행동, 구토, 설사, 붓 뜬 느낌, 내성, 의존성, 우울증 등의 부작용이 발현될 수 있습니다.
- 조금 더 심각한 부작용으로는 정신질환적 발작, 정신이상 증상(환청, 망상) 등이 나타날 수 있습니다.



다이어트 약 (식욕억제제) 불법 매매 사례



[사진 : SNS를 통해 판매하고 구매한 식욕억제제 다이어틴(일명 나비약), 경남경찰서 제공]

- 청소년들이 병·의원에서 마약류(향정신성의약품)인 식욕억제제를 처방받아, 인터넷 소셜네트워크(SNS) 및 인터넷 포털 사이트를 통해 판매하는 사례가 다수 발생.
- 10대 중·고등학생들이 유튜브나 트위터 등에 무분별하게 올려져 있는 과장된 식욕억제제 홍보 영상을 시청 후 불법 구매.



강조사항

- 향정신성 다이어트 약(식욕억제제)을 복용하면 중추신경계 각성작용으로 살이 빠지고 기분이 좋아지며 몸이 지치지 않기 때문에 부작용을 간과하고 쉽게 빠져들 수 있습니다. 향정신성의약품은 뇌손상 및 교란을 초래할 수 있으므로 반드시 의사의 처방과 복용법을 따라야 합니다.
- 건강관리를 위해 체중조절을 하는 경우에는 운동과 식이요법을 병행하는 것이 바람직합니다.
- 마약류 다이어트약을 불법으로 구매하거나 유통할 경우 최고 5년 이하의 징역 또는 5천만 원 이하의 벌금에 처할 수 있습니다.

⇒ 뒷면 계속

□ 카페인

쓴맛이 있는 무색의 무체로 커피의 열매나 잎, 카카오의 차 따위의 잎에 들어 있습니다.
흥분제·이뇨제·강심제 따위에 쓰이나 많이 사용하면 중독 증세를 일으킵니다.



카페인 들어있는 식품

식품명	제공량	카페인 함유량	식품명	제공량	카페인 함유량
초콜릿	100g	18mg	믹스커피	12mg	56mg
녹차	티백 1개	22mg	에너지음료	250ml	80mg
콜라	250ml	27mg	커피음료	250ml	103mg
커피우유	200ml	47mg	전문점커피	400ml	132mg

★ 카페인 일일 허용량(WHO & 우리나라 식품의약품안전처)

성인	임산부	19세 미만 어린이, 청소년
400mg	300mg	2.5mg/Kg 예) 40kg 어린이 = 100mg



카페인니즘??

카페인에 내성이 생기고, 정신적 의존을 하고 있는 상태를 말합니다.

카페인니즘에서 벗어나기 위해서는 의료적 중재 없이도 약 1주일 정도만 잘 참아내면 됩니다.



카페인 금단현상

집중력 감소, 우울, 변비, 두통, 감기 같은 증상, 근육통, 짜증남, 수면장애 등





카페인이 청소년에게 위험한 이유

카페인을 많이 섭취하면 불면증, 신경과민, 메스꺼움 등의 부작용이 있습니다.

또한 카페인도 칼슘 흡수를 방해하여 청소년의 성장을 방해하고 골다공증 등을 촉진하며
약물에 따라 카페인의 영향을 받으므로 질병 등으로 약물을 복용해야 하는 경우 약사 선생
님의 충분한 설명과 함께 카페인 섭취에 대하여 각별한 주의를 기울여야 합니다.

[참고자료 : 마약퇴치본부, 학생건강정보센터, 셀메드 우리성모약국 블로그]

□ 약물 오남용 예방교육 동영상: QR코드

(초등학생용) 약물 오·남용 예방 교육 동영상 : 약물 오·남용편	
(초등학생용) 약물 오·남용 예방 교육 동영상 : 카페인편	

2022. 11. 7.

전 주 송 북 초 등 학 교 장