



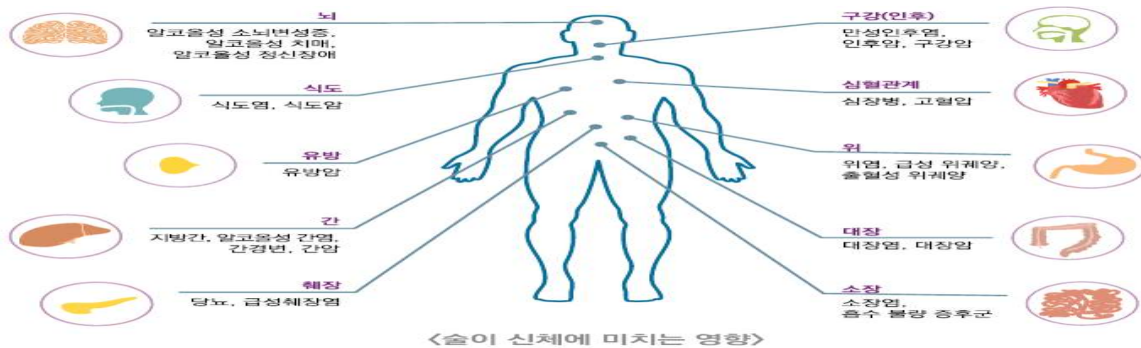
학부모와 함께하는 음주 및 [마약] 약물오남용 예방교육

I 음주 예방

1. 청소년 음주 실태

- 평균 음주 시작 연령: 13.2세(청소년 건강행태 온라인조사, 2017년 기준)

2. 음주의 해로움



출처: 국가알cohol정보센터, 음주 위험

- 술은 분해과정에서 발암 가능성이 있는 독성물질을 발생시킴 (WHO 국제암연구소, 1군 발암물질)
- 술은 신경세포를 손상시켜 뇌 손상과 기억력 감소의 원인임
- 술은 면역을 파괴하여 폐렴, 결핵과 같은 질환에 걸리기 쉬움

3. 청소년 음주가 성인 음주보다 해로운 이유

- 청소년 음주로 인한 뇌손상
 - 청소년기 음주는 특히 뇌세포 및 구조에 있어서 돌이킬 수 없는 손상을 가져옴.
 - 손상된 감각, 운동능력, 기억 및 정서조절 능력 감소로 인한 후유증은 성인보다 더 크고 오래감.
- 알코올 중독 위험
 - 이른 나이에 음주를 시작하는 청소년들이 나중에 시작하는 청소년에 비해서 성인이 된 후에도 위험함.
 - 음주를 계속하면서 알코올 의존장애로 진단받을 위험성이 높은 것으로 나타남.
- 각종 사건·사고의 위험성
 - 청소년 음주 상황은 흡연, 원치 않는 성관계, 상해, 무면허 음주운전 등의 다른 사건·사고를 동반함.
 - 청소년은 음주 경험이 부족하여 음주 시 특히 감각과 판단력이 흐려지고 집단적 압력에 영향을 쉽게 받아 위험한 행동을 할 수 있기에 특히 위험함.

II 약물 오남용 예방

1. 약물의 정의

- 의약품을 포함하여 신체, 정신, 중추신경, 행동과 감정 변화를 일으키는 모든 물질

2. 약물 오·남용이란?

- 약물 오용

: 의도적은 아니지만 적절한 용도로 약물을 사용하지 못하고 잘못 사용하여 피해를 보게 되는 경우
(예. 소화 불량을 치료하기 위하여 항생제를 사용하다 오히려 증상을 악화시키는 경우)

- 약물 남용

: 감정, 행동 등에 변화를 일으키기 위해 약물을 비의학적이고 불법적이며 상습적으로 사용하는 행위

3. 약물 오·남용의 폐해

신체적 폐해	사회적 폐해
<ul style="list-style-type: none">• 뇌 조직 손상(기억력, 학습능력, 판단력 장애)• 골수조직과 신장조직, 면역 손상• 호르몬 체계에 영향을 주어 성기능 장애 발생• 과다 사용할 경우 경력, 혼수상태, 죽음에 이름	<ul style="list-style-type: none">• 인격의 파탄과 황폐화가 나타남• 매사에 핑계, 자기 합리화, 약속 잘 지키지 못함• 폭력, 살인, 강도, 교통사고, 성폭행 등 각종 사고

4. 청소년의 약물 오·남용이 성인보다 더 나쁜 이유

- 성장기에는 성인보다 더 빠른 속도로 약물 중독에 이르게 됨
- 약물 오·남용 상태에서는 판단력, 자제력을 상실하여 난폭하고 공격적인 행동을 하게 됨
- 약한 약물에서 시작해도 강한 약물로 빠르게 남용이 진행되며, 여러 약물을 복합 남용하게 됨
- 청소년기에 약물 남용을 시작한 사람은 대부분 성인이 되어서도 사회에 잘 적응하지 못함

5. 약물의 기능

- 1) 약물의 순기능 : 질병을 치료(감염예방, 통증 치료, 증상완화)
- 2) 약물의 역기능 : 구토 및 설사 등의 부작용 발생, 약물 중독 시에는 내성 및 금단증상이 나타남

6. 유형별 약물의 올바른 사용 방법

- 다른 음료나 약물과 섞어서 복용하지 말고 꼭 **물과 함께** 복용
- **의사 처방, 정확한 용량, 시간, 복용법, 주의사항 및 유효기간, 복용 전 자신의 건강 상태 확인**
 - ① 캡 술: 젤라틴이 식도에 붙어 염증 일으킬 수 있으므로 충분한 물과 복용, 열거나 씹으면 안 됨
 - ② 가루약: 물과 함께 복용, 위장에서 쉽게 녹아 효과가 빠름
 - ③ 건조시럽: 물약과 가루약의 혼합형태, 먹기 전 충분히 흔들어 복용하기
 - ④ 설하정: 혀 밑에 놓고 녹임, 복용 직후 음식 섭취 및 양치질 금지, 30분 정도 앉아 있기
 - ⑤ 좌 약: 넣은 후 5초 정도 가만히 눌러주고 10분 정도는 움직이지 않고 누워있기
 - ⑥ 물 약: 1회 복용량은 계량컵을 이용하여 먹이고 약병이 직접 입에 닿지 않도록 하기
 - ⑦ 안 약: 안약 점적기의 끝부분이 눈에 닿지 않도록 하기
 - ⑧ 귀 약: 약이 차가울 경우 어지럼증이 발생하므로 약물 온도를 체온과 비슷하게 하기

III 마약류란?

마약류란 일반적으로 느낌, 생각 또는 형태에 변화를 줄 목적으로 섭취하여 정신에 영향을 주는 물질을 말하며, 좁은 의미로는 생산, 판매, 사용이 금지되는 불법약물을 지칭한다.

법률적으로는 「마약류관리에 관한 법률」에 정의된 마약, 향정신성의약품 및 대마를 총칭함.

세계보건기구(WHO) 보고에 따르면 '마약류는'

- ① 약물 사용에 대한 욕구가 강제적일 정도로 강하고(의존성)
- ② 사용 약물의 양이 증가하는 경향이 있으며(내성)
- ③ 사용을 중지하면 온몸에 견디기 힘든 증상이 나타나며(금단증상)
- ④ 개인에 한정되지 아니하고 사회에도 해를 끼치는 약물로 정의되어 있음

■ 마약류 및 약물남용에 따른 폐해

- 의존성, 통제 장애, 사회적 장애, 위험한 사용, 내성 및 금단증상
- 신경조직망 손상으로 정상적인 생활 불가
- 기억력 감퇴, 집중력·판단력 장애 발생
- 뇌·간·심장 등 신체 각 기관 손상 가능
- 환각 상태에서 범죄 유발

2023. 3. 24.

익 산 어 양 초 등 학 교 장