



위기청소년 찾아가는 금연서비스 사업안내



보건복지부·국가금연지원센터 지정
전북금연지원센터

위기 청소년 찾아가는 금연지원서비스 사업 안내

1. 전북금연지원센터 소개

- 전북금연지원센터는 보건복지부 주관 국가금연지원사업의 전라북도 수행기관으로, 2015년 5월 26일 지정받았습니다. 원광대학교 병원 부설 기관으로 전라북도 익산시 원광대학교 캠퍼스에 위치하고 있습니다.
- 전북금연지원센터에서는 지역사회 주민을 대상으로 다양한 금연정책과 프로그램을 운영하고 있으며, 시너지효과를 위해 도내 지자체, 교육지원청, 보건소 등과 협력해 금연네트워크를 구축하고 있습니다.
- 특히, 전북에는 기존 금연정책의 사각지대에 있던 위기 청소년, 여성, 장애인, 중소 규모 사업장, 저소득층, 지역자율(50인 미만 소규모사업장) 흡연자 등을 대상으로 찾아가는 금연서비스와 중증·고도흡연자를 대상으로 4박5일 전문치료형 금연캠프를 운영하고 있습니다.
- 시간적 제약, 사회적 편견 등으로 보건소 등 기존 금연서비스를 이용하기 어려운 위기 청소년, 여성, 장애인, 중소규모 사업장, 저소득층, 지역자율(50인 미만 소규모 사업장) 등 지역사회 흡연자를 대상으로 청소년상담복지센터, 청소년 쉼터, 대안학교, 중·고·대학교, 장애인복지관, 장애인주거시설, 여성사업장, 임대아파트, 종합사회복지관, 지역자활센터, 공공시설 등을 찾아다녀 금연상담 및 전문치료 서비스 등 체계적인 금연지원서비스를 제공하고 있습니다.



금연상담전화 | 1833-9030
전라북도 익산시 익산대로 460 원광대학교 전북금연지원센터
TEL | 063) 859-2400 ~ 2411 FAX | 063) 859-2414

<전북금연지원센터 조직도>

2. 위기 청소년 금연 지원서비스 제공 내용

- 흡연청소년 대상으로 방문상담 및 전화·문자 비대면 상담, 전문치료 등을 병행해 적극적인 금연지원서비스를 제공
- 위기 청소년 관련 기관과 협력하여 거리배회 및 은둔형 위기 흡연 청소년을 조기 발견하여 청소년 상담 복지 지원 센터로 연계

1) 금연교육 및 상담서비스 제공

○ 금연서비스 등록 후, 6개월 간 최소 4회 ~ 11회 이상의 금연교육 및 상담 제공

구분	서비스 내용
건강조사	· 흡연력 조사, 흡연자 상담
건강측정	· 체성분 측정, CO측정, 폐활량 검사, 폐나일 검사, 혈압 및 혈당 측정, 콜레스테롤 측정, 심방세동 검사, 피부노화도 측정, 스트레스 측정
금연교육	· 금단증상, 간접흡연, 흡연욕구대처법, 재흡연 예방법, 금연 후 체중 및 영양관리, 스트레스관리, 흡연의 영향 등
사전상담	· 금연서비스 등록, 금연시작일 지정
2주 간격 대면상담	<ul style="list-style-type: none"> · 개인별 금연상담 <ul style="list-style-type: none"> - 상담 회차별 금연 변화과정 기록 및 금연유지에 필요한 정보를 제공하는 워크북 활용 - 행동강화용품 (아로마 파이프, 구강청결필름제, 껌, 캔디, 은단, 손지압기 등)제공 · 개인별 금연교육 <ul style="list-style-type: none"> - 금단증상, 간접흡연, 흡연욕구대처법, 재흡연 예방법, 금연 후 체중 및 영양관리 <p>※ 금연 상담 프로토콜 주차별 금연 교육 내용 적용</p>
전화·문자 서비스 제공	· 금연유지확인 및 금연에 대한 자기효능감 및 동기부여 강화
금연어플 서비스 제공	<ul style="list-style-type: none"> · 비대면 1:1 대화상담으로 편리성 제공 - Play 스토어에서 '금연톡' 설치 · 인센티브를 활용한 금연 흥미유발 및 금연성공률 향상

* 비흡연자에게도 건강측정과 금연교육 제공

		
<폐 모형>	<흡연 구강 모형>	<혈관 모형>

2) 행동강화 물품 제공

○ 흡연욕구 완화를 위한 식품의약품안전처에서 승인한 물품 제공

		
<구강청결필름제>	<아로마파이프>	<텀블러 컵>
		
<임팩트캔디>	<비타민C>	<가글>
		
<호울스캔디>	<목캔디>	<구강청결스프레이>
		
<자일리톨 껌>	<은단>	<덴타인아이스페퍼민껌>

* 금연상담 주차에 따라 다양한 행동강화용품 제공

3) 금연 6개월 성공자 인센티브 제공



※ 금연성공 인센티브는 센터 사정 상 변경될 수 있습니다.

4) 서비스 평가

- 6개월 동안의 금연 관리로 일산화탄소 측정 및 소변검사를 통해 호기 일산화탄소 수치와 니코틴 미 검출 시 인센티브 제공

5) 종합건강측정서비스 장비

				
CO측정기	체성분 측정기	피부진단기	스트레스 측정기	혈압계
				
혈당, 콜레스테롤 측정기	폐기능 검사기	폐활량 검사기	폐활량 측정기	심방세동 검사기

3. 찾아가는 금연지원서비스 외 다양한 프로그램 진행

1) 사전 동기 강화 프로그램

회기	목표	내용	비고
1	-자기소개 -라포형성 -참여동기 강화	- 서로 소개하면서 자유로운 분위기를 조성 - 긴장감과 어색함을 풀고 친밀감을 형성 - 집단에 대한 소속감과 책임감을 형성 - 프로그램 소개 및 집단상담의 목적을 인식 - 참여자간의 상호의존과 신뢰를 유도	-프로그램 오리엔테이션 -게임을 통한 친밀감 형성 -별칭 만들기, 자기소개하기 -소감 나누기
2	-금연동기 공고화 -감정 느끼기	- 흡연의 영향 - 변화의 단계확인 - 금연의장점과 흡연의 단점 - 금연서약서 작성 - 자신의 느낌을 알아차리고 표현해봄으로써 자기 신뢰감 향상	-금연교육 -소감 나누기
3	-금연의 양가감정 다루기	- 흡연 관련 비합리적 기대와 사고 탐색 등을 위한 인지 행동적 접근 - 자신의 강점을 찾아봄으로써 자신에 대한 긍정적 태도 갖기 - 내 삶의 가치 돌아보기 - 가치 추구에 흡연이 미치는 영향 탐색	-서로의 강점 찾아주기 -소감 나누기 *자신의 강점을 살려 금연동기 고취하기
4	-스트레스관리	- 나의 스트레스 반응은? - 스트레스 및 분노조절 훈련 - 흡연과 스트레스의 상관관계	-스트레스측정 -소감 나누기
5	-변화유지를 위한 준비	- VR(가상현실흡연거절프로그램)을 통한 흡연거절 훈련 - 흡연 고위험 상황에 대처 - 금연지지 기반 구축하기 - 효과예측과 재발막기 - 금단증상 알아보기 - 체중 및 영양관리	-VR -체성분측정 -소감 나누기

* 사정에 따라 변경될 수 있음

2) 스트레스 관리 프로그램

- ▶ 금연상담에 대한 흥미유발과 금연에 의한 스트레스 해소를 위한 여러 다채로운 프로그램을 개발하여 운영함으로써, 금연성공률을 높일 수 있는 금연상담을 진행하기 위함

