



청소년 약물 오남용 예방 안내

최근 10대 청소년들 중심으로 마약류로 지정된 식욕억제제(일명 “나비약”)를 병원에서 처방받아 SNS 등을 통해 판매·구매하는 등의 불법 행위가 증가하고 있어 약물 오남용의 위험성에 대해 안내 드립니다. 가정에서도 소중한 자녀에게 세심한 관심과 지도를 부탁드립니다.

- * 해당 식욕억제제는 향정신성의약품으로 매매하거나 불법 판매하는 경우 마약류 관리법에 따라 처벌 대상에 포함될 수 있습니다.

1. 올바른 의약품 사용

약이란?



감기약



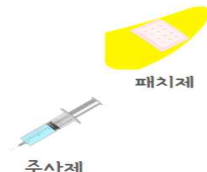
카페인



독약

- 생명현상에 영향을 주는 모든 물질

의약품이란?



주사제



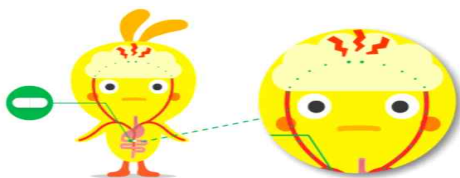
경구제



흡입제

- 엄격한 심사를 거쳐 질병의 진단과 예방, 치료 관리에 유효하고 환자에게 사용해도 안전하며 그 품질을 일정하게 관리할 수 있다고 판단되는 것

약이 효과를 나타내려면?



- 표적 부위에 일정량의 약 도달
- 약의 과정: 약 흡수 분포 대사 배설

올바른 의약품 사용

- 병원에서 진료 시 자신의 증상을 자세히 설명하기
- 약국에서 약 처방 또는 구입 시 부작용, 유의사항, 보관방법 확인하기
- 약 복용 시 물과 함께 먹기, 주스나 카페인이 든 음료와 같이 섭취하지 않기
- 남은 약은 오래두지 말고 버리고, 약의 유통기한 확인하기

2. 마약성을 가진 다이어트 약

마약류란?



아편



코카인류



대마류



향정신성의약품

- 정상적 정신활동을 방해하여 환각과 같은 독성을 유발하고 반복 사용 시 의존과 탐닉을 형성하여 남용을 유도하는 물질

마약성을 가진 다이어트 약



- 부작용: 중독성, 환각, 환청 등으로 신체적·정신적 의존성과 내성을 일으킴. 경련, 혼수상태, 정신병적 행동, 심할 경우 사망

법적 문제점: 향정신성의약품이 포함된 살 빼는 약을 불법이나 중고거래 등으로 구매하거나 유통할 경우 **최고 5년 이하의 징역 또는 5천만원 이하의 벌금에 처해질 수 있습니다.** 살 빼는 약이 향정신성의약품(마약류)에 속한다는 사실을 **모르고 구매하더라도** 마약사범과 동일하게 처벌을 받을 수 있으므로 살 빼는 약을 사고 파는 행위는 하지 말아야 합니다.

3. 카페인 바로 알기

● 카페인 함유 식품

- 카페인 = 커피뿐만 아니라 녹차, 콜라, 초콜릿, 케이크 등 다양한 음식에 들어있습니다.



● 카페인 최대 1일 섭취 권고량

청소년	성인	임산부
어린이와 청소년은 체중 1kg당 2.5mg 이하	성인은 400mg 이하	300mg 이하

● 카페인 과잉 섭취의 문제점

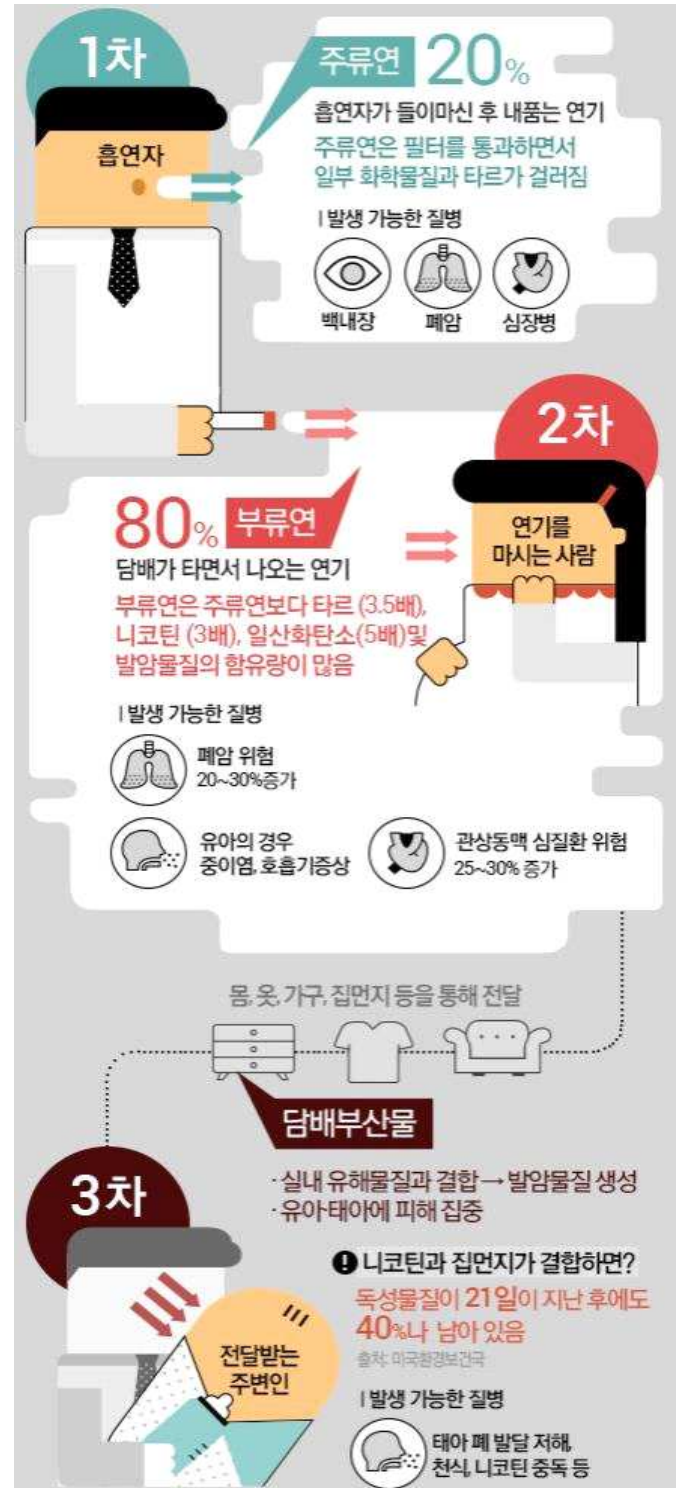
- 일시적인 혈압 증가
- 심장박동 증가
- 카페인 중독
- 심장질환 발병률 증가
- 불안, 메스꺼움, 수면장애, 가슴 두근거림 등
- **칼슘 흡수를 방해**하여 청소년의 **성장을 방해** 하고 골다공증 등을 촉진합니다.

● 카페이니즘

카페인의 과다섭취로 인한 카페인 중독 상태

- 카페인 금단현상: 집중력 감소, 우울, 변비, 두통, 감기 같은 증상, 근육통, 짜증남, 수면장애 등
- 치료법: 약 1주일간 카페인 끊기

4. 간접 흡연 예방



2022. 11. 9.

전 주 삼 천 초 등 학 교 장