



진 실 (참)
용 감 (힘)
봉 사 (덕)

가정 통신문

<http://www.wonkwang.hs.kr>

원 광 고 등 학 교

전 북 익산시 무왕로 31길 139

TEL (063) 832-6612

FAX (063) 832-6296

담당부서

보건실

담당자

이OO

연락처

063-830-1414

제 2023-65호

제목: 마약류 등 약물 오남용 예방 안내-1

학부모님 안녕하십니까? 최근 여러 매체를 통해 마약류의 유통 증가로 청소년들 사이에서 마약성 다이어트약 등의 불법 구매 복용 사례가 보고 되고 있습니다. 이에 마약류 등 약물 오용 남용 예방과 관련하여 다음과 같이 안내하오니 자녀의 안전을 위해 가정에서도 지도를 부탁드립니다.

약물 및 마약류 오남용 예방 -1

약물, 이대로 사용해도 될까?

1

원광고등학교
WONKWANG HIGH SCHOOL

자료발췌 부산광역시교육청

2

원광고등학교
WONKWANG HIGH SCHOOL

커피의 **카페인** 성분 때문!!

그건.....

중추신경흥분제

3

원광고등학교
WONKWANG HIGH SCHOOL

오늘 섭취한 카페인의 용량 계산하기

[표 1] 시중판매 고카페인 음료 유형별 카페인 함량 현황

구분	에너지드링크			에너지드링크	환스텐트	환두
	식음	카페인	카페인	카페인	카페인	카페인
제품명	헛믹스	레드불	몬스터	박카스F	조지아 오리지날	아스피클랜드
제품 이미지						
용량/용기	250ml캔	250ml캔	355ml캔	120ml병	240ml캔	275ml캔
카페인	60mg	62.5mg	100mg	30mg	104mg	94mg
함량	0.24mg	0.25mg	0.28mg	0.25mg	0.43mg	0.34mg

시중판매 고카페인 음료 유형별 카페인 함량 현황
단위: 100ml당 카페인 함량 (mg)

4

원광고등학교
WONKWANG HIGH SCHOOL

여기서 잠깐!!

카페인 권장 섭취량?

청소년의 1일 카페인 섭취 권장량

1kg당 2.5mg이하

125mg 이하 섭취를 권장함

5

원광고등학교
WONKWANG HIGH SCHOOL

1 약물

사람의 정신이나 신체에 영향을 주는 물질로
질병을 치료하는 의약품 뿐만 아니라

알코올, 니코틴, 카페인, 마약류 등

중독성 약물을 포함

6

원광고등학교
WONKWANG HIGH SCHOOL



2 약물 남용

약물을 의학적 목적이 아닌 감정이나 행동 등의 변화를 일으키기 위한 목적으로 사용하는 것.

지속적이고, 지나친 사용으로 인하여

**심리적, 신체적 문제 뿐만 아니라
대인관계의 문제** 등을 초래하는 상황



3 약물 중독

충동적으로 약물을 사용하는 장애

약물 사용에 대한 욕구 조절이 어려우며

**인체에 해로운 영향을 미칠 가능성이
높다.**



3

중독성 약물의
종류

중추신경
흥분제

- ★ 불면, 흥분, 진전(손떨림), 불안
- ★ 위장장애, 메스꺼움, 설사
- ★ 어지러움, 두통

- 뇌(중추신경) 흥분으로 일시적 쾌감이나 들뜬 기분 유발
- 일시적으로 과량의 신경전달물질을 분비
- 흥분제는 잠을 쫓고 피로감을 없애고 식욕을 감퇴시킴
- 종류: 담배, 카페인, *암페타민 류, 코카인



3

중독성 약물의
종류

중추신경
억제제

- ★ 졸림, 기억력 감퇴, 어지러움, 두통
- ★ 변비, 구강 건조, 피로, 과민성
- ★ 메스꺼움, 식욕 변화, 시야흐림

- 중추신경을 억제하여 통증 감소
- 종류: 알코올, 본드, 부탄가스, 마약류, 수면제, 신경안정제

호흡중추와 심장 박동 중추까지 억제
사망에 이르기 도 함



3

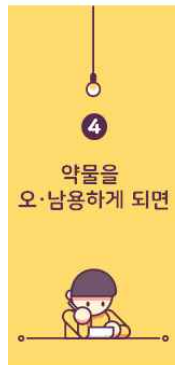
중독성 약물의
종류

환각제

- ★ 정신질환: 극심한 공포, 편집증, 정신이상
- ★ 신체적 증상: 열악, 호흡수, 체온 증가, 동공확대, 오한, 땀흘림, 손떨림

- 뇌를 흥분시키거나 억제시켜 환각을 유발
- 일시적인 감각 이상을 일으켜 판단력을 잃게 함.
- 종류: 대마초, 엑스터시, 펜시클리딘, LSD

지속적으로 사용할 경우 **금단증상** 발생함



4

약물을
오·남용하게 되면

의존성

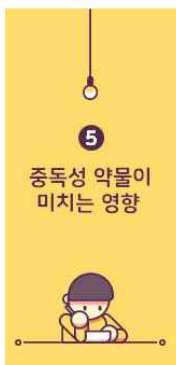
약물을 계속 사용하고 싶은
충동을 느끼게 하는 것.

내성

사용할 때마다 양을 늘리지
않으면 효과가 없어지는 증상

금단
증상

사용을 중지하면 손 떨림, 환청,
불안, 불면 등 견디기 힘든 증상



5

중독성 약물이
미치는 영향



약물 중독자의 모습



사진출처
고등학교 2학년 2반 2019년 1학기

약물 중독 진행 단계



한국약물학회 중독분과
www.strugfrom.or.kr



청소년
약물 중독
예방을 위한
활동

Keep

계속 **유지**해야 하는 활동

약물 중독 예방교육 등 유지

Stop

제거해야 하는 활동

미디어에서 약물 사용이 멋있게 보이게 하거나
스트레스 해소에 사용 되는 장면 등 제거

Begin

새롭게 **시작**해야 하는 활동

약물에 관한 올바른 정보 찾아보기

올바른 약물 사용으로 건강하게!!!



2023. 5. 3.

원광고등학교장