

Session I.

마약류 및 약물남용 예방교육 시연

약물오남용 교육 운영

김주리 예방교육강사

(한국마약퇴치운동본부 대전지부)

약물 오남용 교육 운영안

강사 김 주 리

약물오남용예방교육의 목적

- 약물 오남용의 뜻을 안다.
- 의약품의 효능과 부작용을 이해한다.
- 의약품의 올바른 사용법을 안다.
- 의약품의 이상반응에 대한 대처법을 안다.
- 청소년기에 약물이 미치는 영향을 안다.
- 의약품의 선택, 구입, 폐기법을 안다.

의약품 안전사용 교육 내용

- 약의 정의
- 약물의 효과와 부작용
- 약물의 작용경로
- 약물의 이상 반응
- 약의 종류
- 올바른 약의 사용법
- 약의 보관법과 폐기법



☞ **오용** : 의학적 목적 사용하나 의사의 처방에 따르지 않고 임의로 사용

☞ **남용** : 의도적으로 약물 다른 목적으로 사용

☞ **의존** : 마약류 및 약물 지속적으로 사용 중단, 조절 어려운 상태

☞ **내성** : 같은 효과 양 늘려야 하는 상태

☞ **금단증상** : 강한 집착, 조절불능, 심리, 육체의존



➔ 브랜드 커피

의약품이란?

소비자의 이익을 위해 인체내의
기능에 **영향(도움)**을 주어 질병 또는
증상의 치료목적으로
사용되는 물질(WHO)

약 - 분류 별

1. 전문의약품

처방의약품

의사의 진단 처방 필요

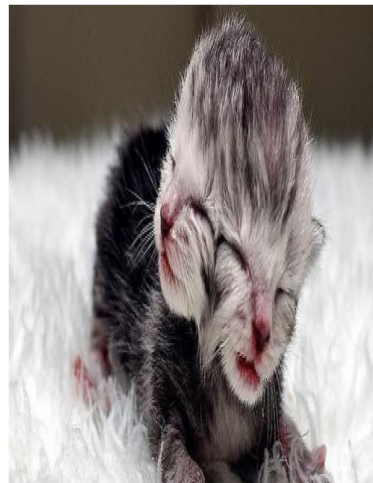
2. 일반의약품

비 처방 의약품(약국 약)

비교적 안전한 약물(의약 상식 필요)

기적의약, 가장 비극적인 사례

- 수면제 개발
- 임산부에 입덧 효과
- 기형아 출생
- 항암치료





의약품 부작용

소화제, 진통제 항생제

신경안정제, 비타민제

각성제, 수면제, 기침약

살 빼는 약, 피로회복제

스테로이드제연고

마약...그와 유사한 약



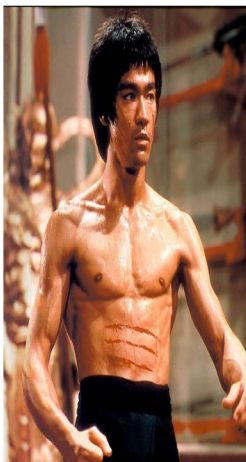
집중력 강화 약

피로회복제

살 빼는 약

근육 키우는 약

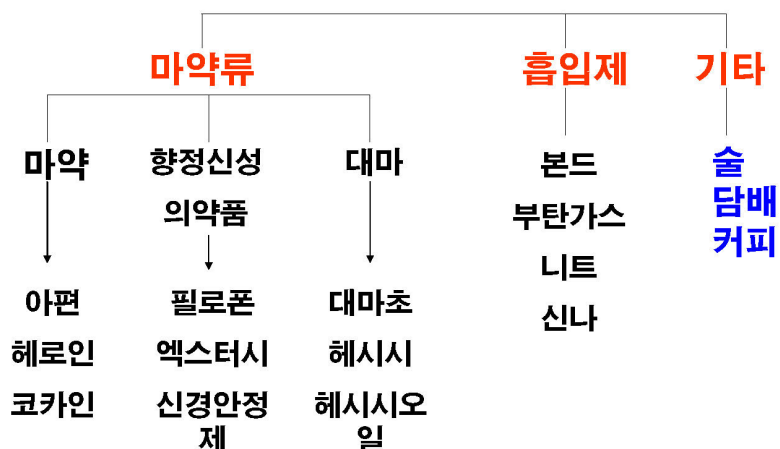
약물 과다복용



건강기능식품 인증마크



약물



금연교육

- 담배의 성분
- 담배와 담배회사의 실체
- 담배로 인한 임상사례
- 간접흡연
- 보건소 금연클리닉
- 금연 3대수칙

담 배



1. 가지과의 풀
2. 원산지: 남아메리카 열대
3. 역사: 1492년 콜럼버스
1592년 임진왜란
4. 비위생적인 상품
5. 중독성, 의존성이 강함
6. Korea Tomorrow
& Global and you
:KT&G

지금의 담배



예방 가능한 질병



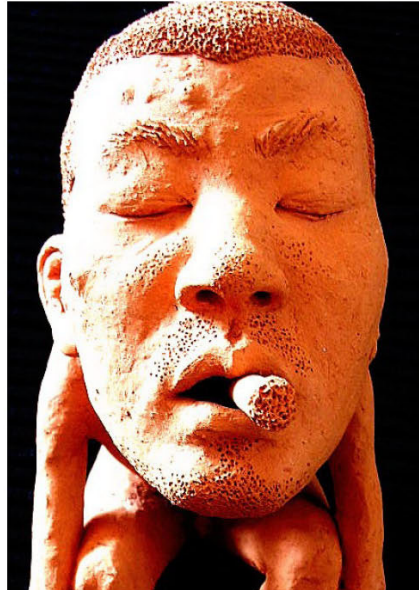
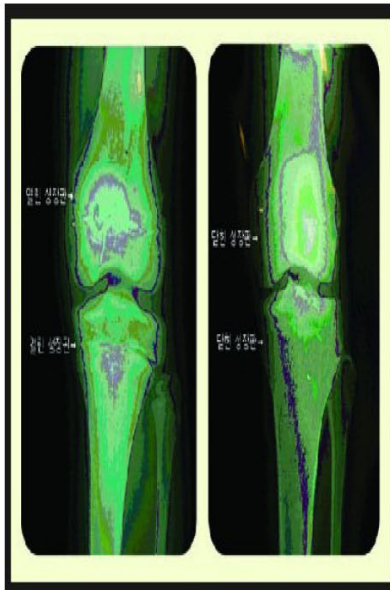
미국 보건원

의존성 1위 - 니코틴

내성 1위 - 헤로인

금단증상 1위 - 알코올

독성 1위 - 코카인



간접흡연



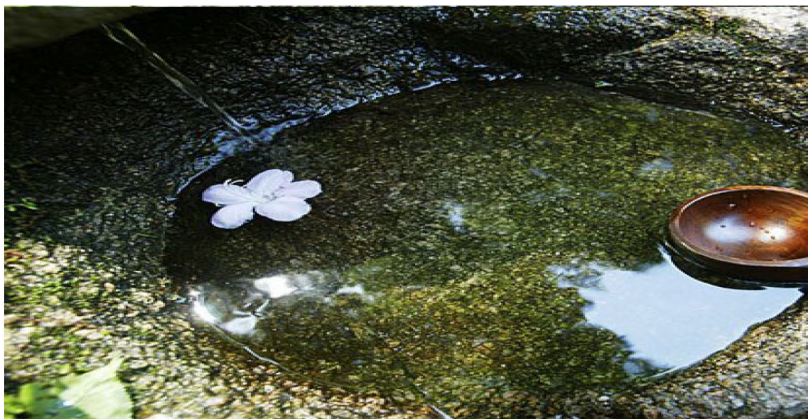
여성은 불평등하다



금주및 절주 교육

- 금주와 절주란?
- 알코올의성분
- 알코올로 인한 질병
- 성장기의 약물은?
- 음주운전

술 .. 보약 , 독약



위 20%~30%흡수

소장 80% 흡수

열량 1g당 7kcal 열량
소주 2잔 분해 시간 8시간



과음, 폭음 -지방간, 간경변,간암
간염 방치 10년 뒤 간경화 진행 20%~25%
간질환(지방간)-무게 50% 증가



분노형 뇌



술과 담배를 더하면

장기간 과음시 암에 발생빈도
높인다.

심장-폐-구강-목-식도암

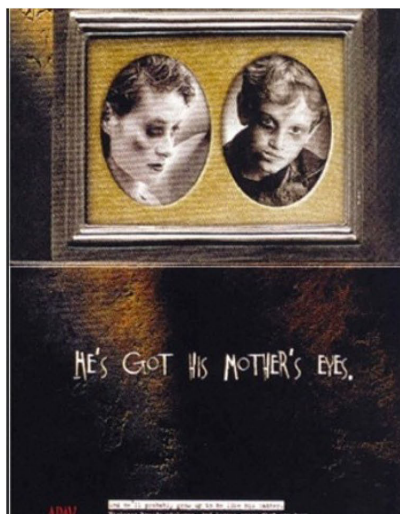
담배만 피면 **7배**

술만 마시면 **6배**

술+담배동시에 하면 38배

정도 암 발병확률이 높음

가정 폭력



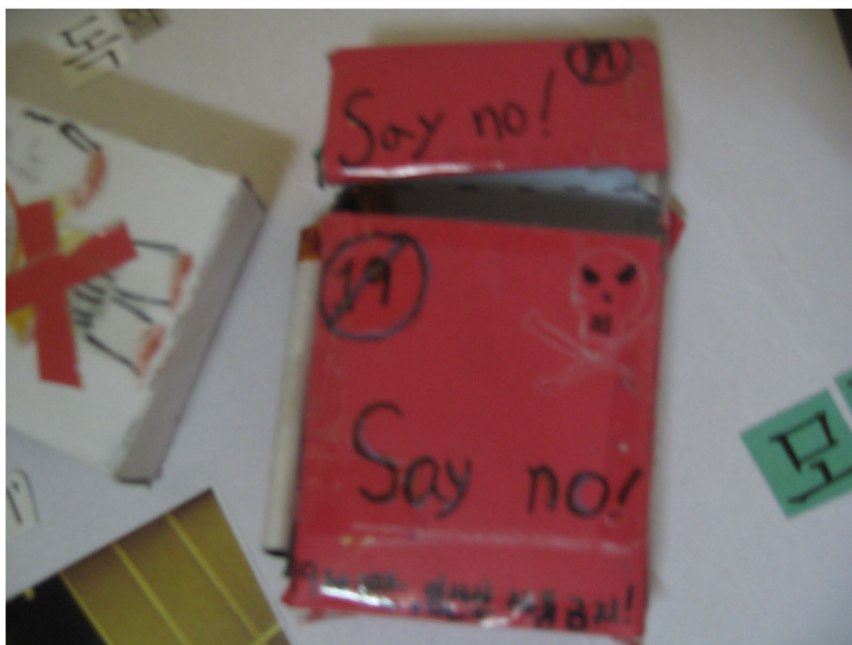
청 소 년 보 호 법

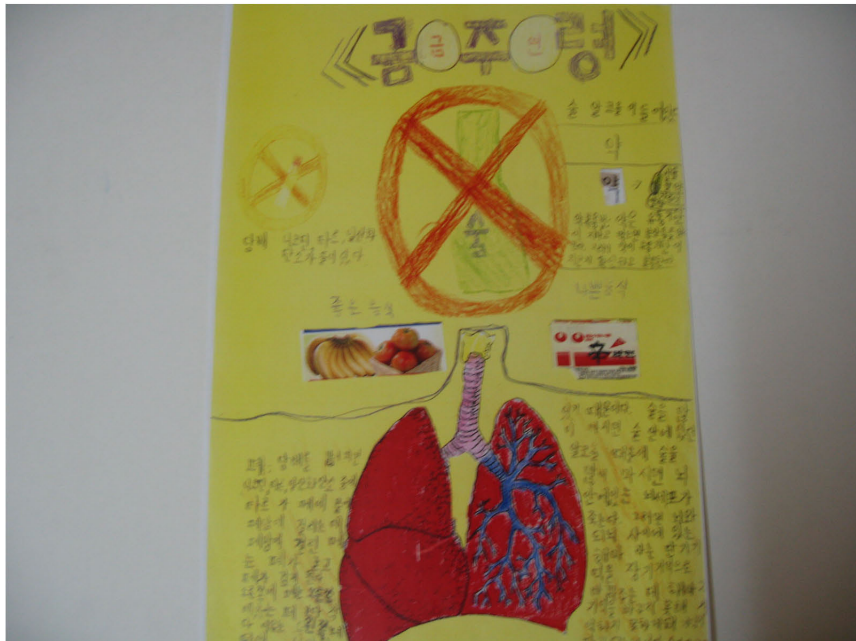


모듬활동

- 1.초등부-식품과 비식품 찾기활동
페그립 색칠및편지쓰기,풍선불기
빨대실험,양파실험,컵실험
- 2.중고등부-사고싶지 않은 담배갑 만들기
건강 표어 ,퍼즐.ox게임,양파실험
컵실험,빨대실험







1. 다음은 무엇을 설명한 글인가?

(1)

- ① 자신이 스스로 판단하여 약을 사용하는 경우
 ② 자신에게 필요하지 않은 약을 부주의에 의해 우연히 사용하는 경우

()

(2)

- ① 약사나 의사의 지시에 따르지 않고 너무 많이 사용하는 경우
 ② TV나 신문, 잡지 등의 광고를 보고 무조건 사용하는 경우
 ③ 자신의 고민이나 현실로부터 도피하거나 현실을 잊기 위한 수단으로 이용하는 경우

()

2. 다음 중 약물을 사용해야 하는 경우엔 ○표, 아니면 ×표 하시오

- 가. 수술시 통증 예방 ()
 나. 공부하기 싫을 때 ()
 다. 심장박동이나 혈액순환 기능을 조절할 때 ()
 라. 학교에서 선생님께 꼬중틀었을 때 ()
 마. 알레르기의 증상 완화 ()
 바. 뇌와 신경계의 안정 ()
 사. 기분이 우울할 때 ()



다. 담배를 가장 많이 피우는 시기는 담학생은 고등학교 3학년으로 41%였으며 여학생은 고등학교 1학년 때로 10.5%나 됐다.

청소년들이 담배를 어떻게, 왜 시작하게 되는가에 대한 조사결과는 전체적으로 비슷합니다. 첫째는 친구들이 피우기 때문에 따라서 피우는 것이고, 둘째는 호기심입니다. 그러나 그보다 더 근원적인 문제는 사회 전체적으로 흡연을 용납하고 인정하는 분위기입니다. 즉, 집에서는 아버지가 담배를 피우고 학교에서는 선생님이 담배를 피우며, TV를 보면 탤런트들과 사회지도층이 담배를 피우고 있는 장면을 볼 수 있는 등 어느 곳에 있던 담배를 피우는 분위기가 충만 되어있기 때문입니다.

● 청소년들이 담배를 시작하는 이유는 무엇인가요?

● 청소년들이 담배를 시작하게 되는 동기가 친구들이 피우기 때문에 따라서 피우는 경우가 제일 많다고 조사되었습니다.

나의 경우 친구에게서 담배를 피워 볼 것에 대한 권유를 받았을 때 어떻게 할요?

● 청소년시기에 담배를 피우기 시작하면 어떤 점이 안 좋을까 생각해봅시다.

1. 다음 중 서로 관련 된 것끼리 연결해 보세요.

- 가. 전문 의약품 • • 약국에서 살 수 있는 약
나. 일반 의약품 • • 의사의 처방이 있어야만 구입할 수 있는 약

2. 다음은 어떤 물질을 남용했을 때 나타날 수 있는 증상인가?
()

- ① 불안, 두통, 신경질
② 소화불량, 속쓰림, 구토
③ 혈압상승, 부정맥,
④ 허탈감, 동공확대
⑤ 감각이상, 변비
⑥ 의존성

3. 2.의 물질을 적당량 사용했을 때 우리 몸에 미치는 좋은 효과는?
()

4. 다음의 무어에 대해 설명이가?

주요성분	작 용
니코틴	신경마비, 호흡 장애, 혈압증가, 동맥경화증 유발, 중독성
타르(발암성)	각종 암 유발, 잇몸·기관지 염증
일산화탄소	만성 저산소증 유발, 노화촉진, 동맥경화증 유발

- 담배의 주요성분은 (,)이다.
- 담배를 피우면 암을 발생하게 하는 물질은 ()이다.
- 담배를 피우게 되면 중독현상이 나타나는데 그 물질은 ()이다.
- 어릴 때부터 담배를 피울수록 폐암에 의한 사망률이 (높아진다, 낮아진다)
- 담배 연기 성분 중 저산소증을 유발하는 물질은 ()이다

※ 담배 피우는 가족에게 담배를 끊을 것을 권유하는 편지를 써보자.
만약 그런 가족이 없다면 담배에 대한 나의 생각을 적어보자.

	① 흡					② 부	
③ 금	연	구	역		④ 주	류	연
						연	
⑤ 타		⑥ 니	코	틴			
르					⑦ 간		
	⑧ 폐			⑨ 직	접	흡	⑩ 연
⑪ 발	암	물	질		흡		기

