

대학생 대상의 절주 프로그램 : 대학생 음주 폐해 예방사업

이영선

광주시 보건소

I

배경 및 필요성

○ 대학생은 다른 인구집단에 비해 음주문제에 있어 고위험집단임.

▶ 대학생의 음주문화

- 술을 권하는 문화가 대학 내에 강하게 확산되어 있음.

- 사발식 : 신입생들에게 냉면 사발에 막걸리를 채우고 단숨에 들이키도록 함
- 삼배주 : 소주 잔 사이 사이에 젓가락을 받쳐 3층으로 쌓은 뒤 술을 채우고 한 사람이 맨 윗 잔부터 차례로 단숨에 마시는 주법
- 폭탄주 : “선배의 키스는 후배의 원샷” - 선배는 컵에 입만 대도 후배들은 잔을 비워야 한다.

▶ 음주양태

- 대학생들의 90%가 넘는 대학생들이 음주 (이원재 등, 1999; 이원재, 2001; 천성수 등, 2002).
- 폭음과 이로 인한 일시적 기억상실 (blackout)을 경험하는 학생의 비율 : 46%
- 건강에 해가 되는 양을 마시는 대학생의 비율(이원재 등, 1999; 이원재, 2001): 남학생은 66.4%(1998년), 67.9%(1999년), 여학생은 52.0%(1998년), 31.9%(1999년)¹⁾ (www.health.gov.au/nhmrc).
- 알코올의존자의 비율: 3%
- 술을 습관적으로 마시기 시작한 시기 :
대학생의 59.8%는 대학에 들어오기 전에 술을 마시기 시작하였음.
 - 중학생 3학년 이전 : 10.0%
 - 고등학교 : 49.8%.

1) 호주의 NH&MRC (National Health and Medical Research Council)에서는 남자는 술을 하루에 4 단위 이내, 여자는 2 단위 이내로 마시는 것이 안전하고 (safe), 남자의 경우 4~6 단위, 여자의 경우 2~4 단위를 마시면 위험하며 (hazardous), 남자가 6 단위, 여자가 4 단위를 초과하여 마시면 위험한 (hazardous)것으로 정하고 있다.

따라서, 대학생들을 대상으로 절주사업을 실시해야 할 필요성이 큼. 음주의 긍정적인 면뿐 만 아니라 부정적인 면에 대해서도 알려주고 건강한 음주법을 습득하도록 할 필요가 있음. 우선 광주시에 소재한 동원 대학생들을 대상으로 현황파악을 위한 조사를 실시하여 음주현황을 파악하고 음주자들 중 절주를 계획하거나 준비하는 등 절주를 하고자 하는 의사를 가진 학생들을 선별하여 절주동아리를 조직하고 절주동아리를 활용하여 대학내 캠페인과 홍보를 실시하며, 대학환경 변화를 위한 절주사업 요원으로 활용하여 사업을 추진할 필요성이 있음.

II 목적 및 목표

대학생의 음주행태에 대한 현황파악 조사 및 요구도를 파악하여 변화단계별 서비스를 제공하고, 절주를 위한 환경개선을 통해 건전한 음주습관형성하여 주교자 함.

구체적 목표는 다음과 같다.

- 대학내 절주동아리 조직
- 대학생의 절주 문화 조성
- 대학의 절주환경 조성
- 음주 대학생의 절주 행동변화 유도
- 관내 기업체의 참여 유도

III 사업개요

- 기 간 : 연중
- 대 상 : 동원대학생
- 내 용 : 현황파악조사
 절주계획 및 준비자료위한 서비스제공
 참여자 보상대책으로 간초음파 및 혈액검사실시
 평가(사업대상자 집단과 비참여자 비교)

IV 추진방법

1) 현황파악 및 협조 요청

동원대학의 협조 요청 및 동원대학의 학생, 동아리, 건강증진 프로그램 등 현황 파악

○ 학생수

- 성별
- 주·야
- 학년별(1, 2, 3학년)
- 학과별

2) 조사

(1) 연구설계

실험대조군 사전·사후설계

- 실험군 250명
- 대조군 250명

(2) 표본추출 (500명 정도)

학과 선정

학과 재학생 조사

(3) 조사 내용

- 일반적 특성 : 주소, 학과, 학년, 성, 연령, 부모와의 동거, 가족관계, 군필
- 가족력 : 음주, 흡연, 질환, 비만
- 건강 : 자아정체감, 건강상태, 신장, 체중, 흡연, 식사습관(아침, 인스턴트, 매식, 선호 식품), 운동, 컴퓨터 게임 의존
- 음주양태 : 음주시작 연령, 음주빈도, 양, 음주문제 경험, 문제음주(AUDIT, NAST, CAGE), 변화단계(계획이전, 계획, 준비, 행동, 유지, 종료), 음주장소, 음주동반자

3) 생체측정

- 유비쿼터스헬스 기술을 이용한 초음파 원격 판독
- 광주시 보건소, 경원대 유헬스센터, 한서대
CO, 혈압, 맥박, 체성분, 복부초음파검사

V

사업내용

1) 절주동아리 조직 및 육성

- 계획단계 이후 대상자로 절주동아리를 조직하고 절주교육을 실시한다.
- 음주일지 작성
- UCC 공모전 참가 자격: 동원대 재학생
- 절주 프로그램 개발
- 혈압, 맥박, 혈당, 복부 초음파검사 (초음파 사진 파일의 인터넷 관독 및 결과 통보)
- 대한보건협회 대학생 절주캠프 참가

절주동아리를 활용하여 캠페인, 학교 절주문화 조성, 학교 절주환경 조성을 위한 사업을 진행한다.

2) 캠페인

학교의 축제를 비롯한 행사, 기념일 등을 활용하여 캠페인 실시.

절주로 제한하기 보다는 절주와 관련된 대학생이 관심을 가지는 건강증진 내용 포함

- 입학식(학교측의 협조 가능할 경우)
- 축제
- 보건의 날 (4월 7일)
- 음주체험: 음주고글, 병상체험
- 비디오 상영(행사시 2회)

3) 홍보

- 현수막

행사 홍보, 절주내용(과음은 사고의 원인, 과음은 성기능 손상, 과음은 뇌기능 저하의 원인, 과음은 비만의 원인, 음주의 사회적 비용, 술값으로 생명을 구할 수 있다, 원샷하지 않기, 폭탄주 하지 않기, 술잔 돌리지 않기, 네 몸을 이웃과 같이 사랑하라, 절주는 건강연금 등)

- 패널 전시(절주, 보건소)
- 음주 인식 투표

- 절주리본 달기 (절주합시다, 과음은 사고의 원인, 과음은 성기능 손상, 과음은 뇌기능 저하의 원인, 과음은 비만의 원인, 음주의 사회적 비용, 술값으로 생명을 구할 수 있다, 원샷하지 않기, 폭탄주 하지 않기, 술잔 돌리지 않기 등의 내용을 색깔별로 제작)

- 음주 및 CO 측정, 혈압 및 맥박 변화 비교 실시 (캠페인, 축제 기간 등)
- 1. 흡연자 금연사업 의뢰

- ㄴ. 비만자 비만관리사업 의뢰
- ㄷ. 건강관리 대상자 타 보건사업 의뢰

4) 학교 환경개선

- 교칙개선 (교내 음주 제한, 절주동아리 장학금 등) 요청
- 절주 포스터 및 현수막 부착, 절주 캠페인 등 협조 요청
- 교내 절주 패널 설치 협조 요청
- 절주동아리를 위한 공간, 지원 요청
- 건강증진 강좌 개설 요청

5) 관내 회사의 협조와 참여 유도

VI 성공요인

- 1) 학교 당국의 관심
- 2) 학생들의 적극적인 관심 및 건의

VII 향후계획

- 1) 절주동아리 적적인 지원 및 활동
- 2) 성인비만관리사업과 연계