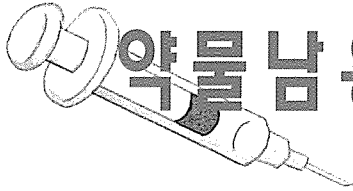


약물 남용의 예방



의학적, 사회적 통념에 맞지 않게 약물을 지속적 또는 산발적으로 과용하는 것과 약물을 정상적으로 사용하지 않는 것을 약물 오남용이라고 한다.

약물오용은 약물이 사용되는 방식이나 사용량이 치료라는 소기의 효과를 가져오는데 필요한 것보다 더 많이 사용되는 경우를 말한다. 약물남용은 '향정신성 약물의 비의학적 사용'이라고 정의할 수 있는데, 이것은 미국정신과협회와 국립정신보건협회의 '한정된 물질의 불법적, 비의학적 사용'을 발전시킨 개념이다.

약물남용에는 알코올을 사용하는 것에서부터 아편 유사약물을 강박적으로 사용하는 것에 이르기까지 모든 행동이 포함된다. 결론적으로 약물남용이란 감정, 인식, 행동에 인위적인 변화를 일으키고자 향정신성 약물을 비의학적으로, 그리고 불법적으로 사용하는 것을 말한다.

약물사용, 약물오용, 약물남용의 차이는 아래의 표와 같다.

| 구분 | 약물사용 | 약물오용 | 약물남용 |
|----------|-------|------|------|
| 치료적 기능 | 있음 | 없음 | 없음 |
| 약물 의존성 | 있음 | 있음 | 매우 큼 |
| 신체적 장애 | 극히 적음 | 있음 | 매우 큼 |
| 사회적 기능장애 | 없음 | 있음 | 매우 큼 |

우리나라에 가장 먼저 유입되어 남용된 약물은 아편으로, 해방 이후 아편계 약물의 남용이 늘어났다. 1960년대 들어 정부의 강력한 단속으로 마약중독자가 감소하였으나, 월남 파병으로 군인과 군속들에 의해 월남산 생이편이 대량으로 유입되기 시작하였고, 부상자의 몰려계 약물 남용이 급증하였으며, 또 밀수업자와 외항선원들에 의해 아편이 다량 밀수되어 사회문제가 되었다. 주한 미군이 주둔

한 기지촌 중심으로 마리화나가 젊은 층에 확산되어 1975년 대학생, 연예인의 대마초 과동이 초래되었다.

1950년대부터 히로뽕(메스암페타민)이 유입되기 시작하였고 1970년대 이후로 히로뽕의 국내유통과 남용이 확산되었다. 1986년 아시안 게임과 1988년 올림픽을 통해 코카인, 헤로인, LSD 등의 서구형 마약이 유입되어 확산되기 시작하였고 청소년층을 중심으로 한 본드, 부탄가스, 신나 등의 흡입제의 남용이 확산되어 큰 사회문제로 부각되었다.

1990년대에 들어오면서 국내에서 거의 남용되지 않았던 서구형 마약(코카인, LSD, 헤로인 등)이 부유층, 연예인 등을 중심으로 확산되었다. 또한 최근 청소년층에서는 흡연, 음주, 본드나 부탄가스 흡입, 그리고 일반약물(러미라 등)의 남용이 나타나고 있으며 코카인과 LSD가 더해진 복합 약물의 남용도 예측되고 있다

약물중독자의 경우 범죄를 저지르는 경우가 흔하며 약물남용은 일단 시작하게 되면 끊기가 쉽지 않으므로 예방이 무엇보다도 중요하다. 특히 청소년기는 기분의 변화가 심하고 때때로 우울감을 느끼기도 하며, 한 인간으로서의 독립성을 찾고 주체성을 확립하기 위해 노력하는 동시에 어린이와 성인의 중간자로서 외로움과 고달픔을 많이 느끼게 된다. 따라서 약물 남용이나 의존을 할 위험성이 상당히 큰 시기라 할 수 있다.

우리나라의 경우 과열 입시경쟁은 청소년들에게 공부만을 강요하는 환경을 만들며, 불안과 긴장을 해소시키기 위해 전문인과 상의하지 않고 각종 약에 의존할 가능성이 매우 크다고 할 수 있다. 따라서 청소년 약물남용에 대한 청소년 자신과 주의 사람들의 관심이 필요하다.

약물남용 단계를 살펴보면 다음과 같다.

■ 0단계

이전 약물을 복용하지 않았으나 약물에 대한 호기심을 가지고 있는 단계로 청소년들이 약물남용의 수렁에 빠지지 않도록 이끌어주는 것이 필요하다. 정도의 차이가 있겠지만 약물에 대한 호기심은 누구나 가질 수 있다. 그러므로 어린 시절부터 아동들이 약물남용의 문제점을 이해하고 약물남용 행위를 억제하고 거부할 수 있도록 적절한 약물남용에 대한 예방 프로그램이 가정과 학교와 사회에 마련되어 있어야 한다.

■ 1~2 단계

이 시기에는 약물에 의한 쾌감을 알게 되고 그로 인한 재미를 반복해서 갖기를 원하는 시기이다. 원인이 되는 약물을 청소년으로부터 차단시킴과 동시에 자아개념의 개발, 지구력·정신력·저항력의 강화, 가족관계 개선, 친구관계 개선 등을 위한 개인상담, 가족상담, 집단상담이 필요하다.

■ 3~4 단계

이 시기는 약물에 대한 내성이 생기고, 약물이 없으면 자신을 주체할 수 없는 정신적, 신체적 의존이 생기는 단계이다. 우선적으로 약물을 끊고 안정된 상태가 유지되도록 도와야 한다. 그리고 약물남용 청소년들이 보이는 정신과적·내과적·사회적인 문제들의 원인이 바로 약물남용임을 알게 해 주어야 한다. 적극적인 치료에도 불구하고 약물남용의 1~2 단계 때 보다 더욱 장기적인 치료가 필요하다. 장기간 지속적으로 약물을 남용했는가를 점검하면서 청소년기의 발달과제를 잘 수행할 수 있도록 도와야 한다.

약물 남용의 예방에는 크게 세 가지를 말할 수 있다.

1. 약물남용의 1차예방

약물남용의 1차예방은 약물남용 문제가 발생하기 전에 예방하는 것으로 약물남용의 발생을 감소시키는 것이며, 새로운 약물남용자가 생기지 않도록 예방하는 것이다. 약

물교육을 비롯한 1차예방 대책은 매우 중요하며 좁은 의미의 약물남용 예방대책은 약물남용의 1차예방을 의미한다.

여기에는 약물남용의 문제점을 이해하고 약물남용 행위를 억제하고 거부할 수 있게 해주는 약물교육, 남용되는 약물의 구입을 법적으로 억제하는 법적 체계의 강화, 대중매체를 이용한 계몽, 그밖에 청소년들의 약물남용 유발 요인의 제거 등이 포함된다.


2. 약물남용의 2차예방

약물남용의 2차예방은 약물남용 청소년을 조기에 발견하여 조기 치료하는 것으로서 약물남용의 진행과 지속적인 사용을 막는 것이다. 약물남용으로 진단되는 경우 제일 중요한 것은 원인이 되는 약물을 차단시키는 것이다.

그와 함께 자아개념의 개발, 지구력, 정신력, 저항력 등의 강화, 가족관계 개선, 친구관계 개선 등을 위한 개인상담, 가족상담, 집단상담 등이 필요하다. 일반적으로 약물을 끊는 일은 상당히 힘들뿐만 아니라 끊었다고 해도 다시 사용할 가능성이 매우 높다.

3. 약물남용의 3차예방

약물남용의 3차예방은 약물남용으로 인한 기능상실을 예방하는 것으로 원래의 기능으로 되돌아가게 하는 재활 치료를 의미한다. 그러나 청소년의 경우는 독립된 기능을 확립하지 못한 상태이므로 건강하고 정상적인 청소년으로서 청소년기 발달과제를 수행해 나갈 수 있는 힘과 능력을 갖도록 도와야 한다.

약물남용의 예방, 특히 청소년들의 약물남용 예방을 위해서는 청소년 자신, 부모님, 학교, 사회 모두의 노력이 필요하다. 특히 어린이들이나 청소년의 경우 부모님들의 흡연, 음주, 약물에 대한 태도를 모방하는 경향이 있다. 담배나 술의 경우 성인에게는 합법적으로 허용되나 미성년자는 허용되지 않음을 명확히 해야 한다. 

(자료제공 : 건강길라잡이)