

# 청소년 물질남용과 간호

최 남 희  
(서울간호전문대학 교수)

## 1. 들어가는 말

오늘날 청소년문제는 심각한 사회적 관심거리가 되었다. 학교와 가정에서 이탈하여 거리로 나도는 아이들의 문제는 여러 가지 각도에서 기성 성인들의 관심을 요구하고 있다. 이탈한 아이들의 문제는 본드와 같은 물질의 남용을 비롯하여, 청소년 폭력, 성적이탈에 이르기까지 다양화되고 있다. 이러한 청소년의 문제는 비단 학교나 가정의 고민거리로 그치는 것이 아니라 건강한 사회의 토대를 위협스럽게 하고 있는 실정이다. 이와 같은 청소년 문제는 어느 한 가지에 국한하여 발생한다고 보기는 어렵다. 약물을 사용하는 아이들은 가출과 폭력에 쉽게 가까워지고 그에 따라 학교생활이나 가정생활에 차분하게 적응하고 있는 다른 청소년들에게 직접 간접적으로 영향을 미치는 것이 사실이다. 따라서 청소년들의 물질남용 문제는 물질남용의 문제로만 한정시켜 생각할 성질의 것이 아니라 청소년들의 건강한 성장과 발달, 그리고 사회적 재적응이라는 측면을 함께 고려하여야 한다. 여기에서 간호의 일차적 의무가 '건강한 인간'에 대해 주어진 것이라면 청소년들이 물질남용에 대한 간호학적 대처가 심도있게 논의되어야 할 것이다.

## 2. 물질과 약물이란 무엇을 의미하는가?

약물은 생체에 투여 했을 때 하나 이상의 기능을 바꾸는 물질을 말한다. 일반적으로 인공적으로

제조된 물질을 약물이라고 할 수 있다. 이에 대해 물질은 약물보다 광범위한 개념으로 사용되며 약물이외의 자연산물이나 일반적으로 인간에게 사용되지 않는 물질 또는 극물 등 기타 물질을 두루 포함한다. 따라서 남용되는 약물은 긍정적인 측면으로는 의학적 치료목적으로 사용되고 기능하지만 부정적인 측면에서는 자기파괴나 사회파괴를 일으키게 하는 물질들이다.

## 3. 약물남용이란 무엇인가?

약물남용은 약물의 비의학적 사용을 의미한다. 다시 말해 약물이 가지고 있는 원래의 의학적 목적과 관계가 없거나 의학적 효과가 전혀 없는 물질을 감정, 인식, 행동에 변화를 일으키게 할 목적으로 사용하는 것을 말한다. 약물 사용의 시작은 현재까지의 연구로 볼 때 인지적 요인, 태도적 요인, 사회적 요인, 성격적 요인, 약물학적 요인, 발달학적 요인들 간의 복합적인 상호작용을 통해 일어난다. 약물사용은 대체로 청소년기에 시작된다. 청소년기는 누구나 알다싶이 자아실현(self actualization)의 개별화 시기로서 사회화의 기술을 익히고 인지, 도덕적 가치의 발달을 이루며 스트레스 대처기술을 익히는 때이다. 약물사용의 동기는 약물을 사용함으로써 스트레스와 걱정으로부터 벗어날 수 있다는 잘못된 신념, 호기심, 친구의 권유 등이 보통이다. 한 번 시작된 약물은 결과적으로 신체적, 정신적으로 약물에 의존하게 되는

습관성이나 중독성을 띄게 된다.

물질남용은 공식적으로 인정되는 의료행위에 포함되지 않거나 의료행위와 무관하게 지속적, 주기적으로 물질을 사용하는 것을 말한다. 습관성을 갖는 약물은 과도한 반복 사용으로 신체적으로 약물을 사용한 결과 그 물질을 계속 필요로 하게 된 상태를 말하는데, 이렇게 되면 사용자는 정신적, 신체적 변화를 일으켜서 약물사용을 중단하거나 조절하는 것이 어렵게 된다. 약물의존성에는 심리적 의존과 신체적 의존의 두 종류가 있다. 심리적 의존이 습관성이라고 하는 약물남용의 형태이며, 기분을 좋게 하기 위해서 정신적으로 약물을 갈망하는 상태를 말한다. 신체적 의존은 지나치게 약물을 사용한 결과로 신체의 정상적인 기능유지를 위해 약물이 꼭 필요하게 된 것이다. 신체적 의존 상태에 이른 것을 약물중독이라고 한다. 신체적으로 약물에 의존해야만 정상적인 신체기능을 유지할 수 있는 약물중독의 상태는 약물을 중단할 경우 금단증상이 나타난다. 금단증상은 약물의 특성이나 사용자의 신체적 조건에 따라 상당한 차이가 있기는 하지만 대개 구토, 경련, 발한, 불면증, 진전 등이 나타난다. 약물남용자들은 이러한 금단증상을 견디기가 매우 어렵다. 이러한 금단증상은 신체적으로 어려울 뿐 아니라 사회활동을 위축시키기 때문에 그들로 하여금 다시 약물을 찾게 하는 반복성을 갖게 한다. 그러나 약물의 반복사용은 동일한 효과를 얻기 위해 더 많은 약물을 투여하도록 한다. 약물의 이러한 효과를 내성이라고 한다. 많은 종류의 남용되는 물질은 내성이 생기는 효과가 빠른 경우가 많다.

약물을 남용하는 사람들은 흔히 하나의 약물만을 사용하기 보다는 약물의 효과를 높이기 위해 여러 가지의 물질을 복합적으로 사용하는 경우가 많다. 예를 들면 청소년은 본드나 가스를 흡입하면서 술과 담배를 함께 사용하는데 이는 약물의 특성상 치명적인 결과를 가져올 수가 있기 때문에 조심하지 않으면 안된다.

간호를 위해서는 물질남용의 기준이 있어야 한다. 이를 위해 WHO와 미국정신의학회 기준을 살펴보면 다음과 같다.

우선 WHO는 물질남용을 다음과 같이 정의하고 있다. 1) 한 번 사용하면 자꾸 사용하고 싶은 충동

을 느낀다(의존성). 2) 사용할때마다 양을 늘리지 않으면 효과가 없다(내성). 3) 사용을 중지하면 온몸에 건디기 힘든 이상을 일으킨다(금단증상). 4) 개인에게 한정되는 것이 아니라 사회적으로 해를 끼치는 물질이다. 미국정신의학회는 남용(Abuse)을 다음의 여러 가지 기준 가운데 한 가지 이상을 1년 이상 지속하여 사용하여 임상적으로 의미있는 장애나 고통을 초래할 때를 말하는데, 1) 약물 사용으로 인해 학교, 직장, 가정 안에서 자신의 임무를 수행하지 못한다. 예를 들어 약물사용으로 인해 자주 결석을 하고, 성적이 떨어지며, 징계를 받고, 가족내에서 불화를 일으킨다. 2) 신체적으로 위험한 상황임을 알면서도 약물을 사용한다. 즉 약물을 사용했거나 술을 마신 후 운전을 하거나 기계를 다룬다. 3) 약물사용으로 인해 법적인 문제가 발생한다. 예를 들어 약물사용과 관련하여 구금이나 체포 또는 음주운전으로 인한 구속등이 있다. 4) 약물사용으로 사회적이거나 대인관계상에 문제가 발생함에도 불구하고 계속해서 약물을 사용한다. 즉 술이나 약물 때문에 가정불화가 생기거나 불화가 생긴다. 약물에 의존하고 있다는 판정은 다음의 증상중 3가지 이상이 1년 이상 지속될 때를 말한다. 1) 내성이 생겼다. 즉 약물을 사용했을 때 효과가 점차로 감소하거나 같은 효과를 얻기 위해서 점차로 약의 용량을 늘이지 않으면 안된다. 2) 금단증상이 있다. 다시 말해 약물사용을 중단하거나 용량을 줄이면 나타나는 증상으로 손떨림, 땀을 많이 흘림, 맥박이 빨라짐, 불면증, 구역질, 고투, 헛것을 보거나 들음, 불안, 초조, 경련 등이 있고 약물의 종류, 사용한 기간, 사용량에 따라 위의 증상들이 다르게 나타난다. 3) 사용했던 기간보다 더 많은 약을 오랫동안 사용한다. 4) 사용을 중단하거나 감소 위해 노력하지만 실패한다. 5) 약물사용을 위해 많은 시간을 소비한다. 7) 약물사용으로 인해 심리적, 신체적 질병이 발생했음에도 불구하고 계속 사용한다.

#### 4. 약물이나 물질남용의 일반적인 원인

약물이나 물질의 남용은 여러 가지의 이유들이

복합적으로 작용하여 발생하는 것이 보통이다.

우선 고려할 수 있는 원인으로는 생물학적 특성이다. 그 가운데 하나는 유전적인 요소의 작용이다. 예를 들어 알콜중독의 경우 가족연구나 쌍생아 연구를 통해 밝혀진바로는 알콜분해효소가 더 많이 분비된다는 사실이 밝혀지고 있다. 그러나 물질남용에 있어서 유전적 요소가 작용한다는 것은 아직 가설적 단계일 뿐이다. 또 다른 생물학적 원인으로서는 뇌에서 신경의 정보를 전달하는 과정에서 약물이 정보 전달을 차단한다는 것이다. 신경의 정보전달 과정은 일종의 전자화학적 과정이기 때문에 약물의 유형, 양, 빈도에 따라 개인의 신경전달물질의 구성에 영향을 미치고 그 결과 약물을 계속 사용하게 된다.

약물의 사용을 유도하는 데에는 심리적 측면이 매우 중요하게 작용한다. 충족되지 못한 개인의 다양한 욕구에 대한 반응으로 약물에 의존하는 행동양상을 보인다. 자기애적이고 수동적인 사람들은 건강하게 환경과 사회에 대응하기 보다는 물질로 욕구를 충족시키려는 경향이 있다. 그러한 인성적 문제는 흔히 가족관계, 건전한 역할모형의 부족, 모순적인 부모의 기대, 애정의 결핍 등으로 생긴다고 본다.

도피형성격의 사람에게서는 문제를 해결하기 보다는 다른 방법을 통해서 정서적인 긴장, 불안, 우울, 권태, 외로움 등으로부터 도망가고자 할 때 약물은 훌륭한 도피수단이 된다. 그러한 도피 행위가 반복될수록 문제해결능력은 더욱 저하되고 시간이 흐를수록 도피적 행동을 더욱 강화하게 된다.

대리만족형은 욕구의 좌절(성적, 공격적, 자기충동적, 성취적)이 억압되어 있을 때 현실적으로 불가능했던 욕구의 충족을 약물을 통한 비현실적인 세계에서나마 대리로 충족시키고자 한다. 이러한 경우 약물에 대한 반응은 즉각적인 것이 특징이다.

자기애적 성격은 자기자신을 다른 사람과 다르게 특별한 사람으로 느끼며 특별하게 대우 받기를 원한다. 따라서 끝없이 요구하고 즉각적인 만족을 추구하며 남의 비판을 견딜 수 없다. 인간관계가 힘들고 남을 학대하는 경향이 있으며 자존심이 낮아 우울하게 된다. 이러한 경우 약물은 에너지가 있는 것처럼 느끼게 해주며 자신의 능력을 확신하

게 해주기 때문에 약물을 사용한다.

구강기적 성격은 의존적이며 입을 통한 직접적인 만족을 갈망한다. 특히 이러한 성격은 태어나서 1~2살 사이의 성장기간동안의 만족의 정도(양육의 질적 내용)에 따라서 형성된다.

이외에도 심리적으로 약물을 요구하게 되는 이유는 감정의 추구, 종교적의식의 강화나 영적각성을 갈망하는 경우, 소외감을 극복하고 우울감을 해소, 권태감이나 지루함을 견디기 위해, 집단 내에서의 동지애적 감정이나 모험심을 일으키기 위해서, 사회적 기능을 촉진하기 위해서도 약물을 사용한다.

사회적으로보면, 약물사용의 모델에 더 많이 노출될 때, 약물을 사용하는 또래집단이나 성인들과 더 많이 교제할 때, 약물에 대한 부정적인 반응이나 처벌은 약하고 긍정적인 보상이 더 많을 때, 약물사용에 대해 중립적이거나 부정적으로 정의하기 보다 긍정적인 정의가 더 많을 때 약물의 사용빈도가 높아진다.

## 5. 청소년약물남용의 현황

청소년약물남용에 대한 통계는 그리 많지 않은 실정이다. 그러나 근래의 통계자료는 청소년들의 약물남용이 늘고 있다고 경고한다. 특히 환각물질의 사용이 1995년의 조사에 의하면 1989년에 비해 3배 가량 증가 한 것으로 나타나고 있다. 또 문제가 되고 있는 약물은 술, 담배, 각종 신경안정제, 가스 또는 본드의 순서로 술과 담배가 약물남용의 문제를 일으키는 첫 번째 약물(gateway drug)로 보인다. 환각제외에도 진통제, 각성제, 수면제, 진해제, 신경안정제 항히스타민제에도 높은 비율로 남용되고 있다. 이러한 실태에도 불구하고 1995년 한국마약퇴치운동본부가 조사한 바에 따르면 생활지도교사와 양호교사의 소수만이 청소년의 약물남용이 심각하다고 생각하고 있다. 많은 수의 교사는 청소년의 약물남용이 개인적인 문제인 동시에 사회적 문제로 인식하고 있었으며, 약물남용의 폐해에 대해 들은 경험도 소수에 불과했다. 대부분의 교사는 약물남용예방활동에 참여하지 않았다. 대

부분의 학교에서 약물남용에 대한 교육자료가 절대적으로 부족한 실정이고 예방교육의 필요성은 인정하고 있으나 예방교육을 받은 경험은 과반수에도 미치지 않았다. 예방교육은 의무강사에 의한 교육이 교사에 의한 교육보다 효과가 좋은 것으로 나타났다.

현실적으로 청소년들이 물질남용에 노출될 위험성이 높으나 예방교육이나 재활교육을 담당할 전문인력이 부족한 현실에서 간호사들의 참여는 매우 긍정적인 교육효과를 가져올 수 있다. 그러나 간호사들 역시 약물의 예방과 재활에 대한 전문적인 지식과 훈련기술을 충분히 가지고 있는 것은 아니다.

## 6. 약물남용의 예방과 재활간호

약물교육을 담당해야 할 가장 적합한 사람이 누구인가에 대한 정답은 없다. 그러나 실제약물사용의 경험이나 치료 경험이 있는 또래(peer)가 교육하는 것이 가장 효과적이라고 한다. 그 다음으로는 약물에 대한 확고한 지식과 동기를 가진 교사가 직접하는 것이 바람직할 것이다. 효과적인 교육모델에 대해서는 이견이 많지만, 사회적 영향모델(social influence model)이 널리 사용되고 있다. 즉 가정이나 학교, 사회에서 느끼는 사회적압력을 잘 처리할 수 있도록 도움으로써 약물남용의 길로 빠지는 것을 방지하는 것이다. 약물에 대한 호기심이나 약물남용에 빠진 친구의 권유로 약물을 사용하는 경우가 많다는 것을 고려해서 “안 할 거야”라고 분명하게 말할 수 있는 훈련을 평소에 실시하는 것이다. 약물남용이 흡연으로부터 시작된다는 사실을 알고 금연교육을 실시하는 것도 중요하다. 약물을 사용하는 청소년의 경우 일반청소년들보다 흡연율이 8배나 높다고 한다. 따라서 흡연율을 낮출 수 있는 교육프로그램이 마련되어야 한다. 뿐만 아니라 이러한 예방프로그램이전에 청소년들의 심리나 특성에 대한 충분한 이해가 선행되어야 한다.

약물 사용자의 조기 발견은 그들이 후미진 곳, 방이나 산에서 몰래 하기 때문에 매우 어렵다. 그러나 약물을 먹거나 흡입하는 경우에 뇌에 영향을

미쳐 약 수분간에 이르는 교양감을 경험하고 그 이후 약 30분정도에 걸쳐 중추신경억제에 의한 피로감, 우울감, 혼동상태를 경험한다는 사실을 알고 그에 비추어 관찰하는 것이 좋다. 상당한 기간동안 약물을 사용한 경우에는 마치 술에 취한 듯 걸음걸이가 불안정하고 혼자 있으려고 하고 눈치를 살피며 몸이 쇠약해지고 성격이 날카로워지게 된다. 이러한 행동이 나타나면 약물의 사용을 의심해 볼 수 있다.

일단 약물남용으로 판정이 되면 적절한 치료센터에서 치료를 받을 수 있도록 해야 한다. 심한 경우에는 입원치료를 실시하여 약물과의 접촉을 금지해야 한다. 그와 동시에 발달상의 문제, 약물교육, 개인 및 집단상담, 사회적응훈련 등의 광범위한 재활치료가 병행되어야 한다.

약물교육의 일반적인 목적은 1) 약물이 신체나 신체구조에 미치는 영향을 알고, 2) 불법적인 약물사용의 결과 무엇인가를 알게한다. 3) 동료의 부당한 요구에 대응하여 거절하는 기술을 익힌다. 4) 현재 결정한 내용이 미래에 어떤 결과를 초래하게 될지를 알게한다. 5) 긍정적인 자아상을 갖게 한다. 6) 교육의 중요성을 알게한다. 7) 문제가 생겼을 때 도움을 청할 곳을 알게 한다. 8) 가족과 가족의 유대성이 중요하다는 것을 인식하도록한다. 9) 음악, 비디오, 텔레비전, 광고 등에 나타난 정보를 구체화하고 비판하는 능력을 기른다. 10) 미래의 목표를 세우도록 한다. 11) 건강한 삶을 위해서는 육체적인 활동이 중요하다는 것을 가르친다. 12) 약물남용에 대한 또래 집단의 압력에 대처하는 법을 가르친다.

청소년약물남용을 예방하고자 하는 간호사들은 몇 가지의 전략적 접근방법을 사용할 수 있다. 첫째는 정보를 제공하는 것이다. 약물과 해약에 관한 지식을 높이고 약물을 사용하지 않는 태도를 기르는 것이다. 이는 약물에 대한 지식을 제공하고 그에 대해 토론하고, 시청각자료를 이용한 교육을 반복적으로 실시하고 각종자료를 전시한다. 둘째, 감정교육을 시킨다. 자존심을 높이고, 책임감있는 결정을 할수 있도록 하며, 호기심을 차단한다. 감정교육을 위해서는 역시 교육과 토론, 다양한 경험을 기르도록하고, 집단적으로 문제해결 기술을 훈련

한다. 셋째, 자존심의 증진과 자신감의 고양, 무력감, 이질감을 해소할 수 있는 대체방법을 개발하는 것이다. 즉 여가활동의 기회를 활성화하고, 사회봉사활동을 독려하고 직업훈련을 시킬 수 있다. 넷째, 사회적인 저항기술을 익히도록 하는 것이다. 약물사용에 대한 사회적인 영향을 알도록 훈련하고 사용을 거절할수 있는 기술을 가르친다. 이는 집단토론과 거절기술을 훈련하고, 거절행동을 반복적으로 해보도록 하며, 동료들과 함께 활동할 수 있는 능력을 훈련시킨다. 다섯째, 사회기술훈련을 시키는 것이다.

## 7. 결 론

청소년들이 물질남용은 어제 오늘의 일이 아니

다. 그럼에도 청소년물질남용에 대한 간호학적 대응은 아직 일천한 수준에 머물러 있는 실정이다. 간호의 일차적인 역할이 점차로 지역사회로 전환되고 있는 지금 청소년들의 미래를 어둡게 하는 물질의 오남용에 대한 간호학적 대처는 매우 중요하다. 학교나 지역사회에서 이탈된 청소년들의 집단훈련과 재활교육은 어떤 의미에서 간호사가 맡는 것이 가장 적절하다. 간호사들은 청소년의 심리나 신체적 성장에 대한 기본적인 지식을 가지고 있을 뿐 아니라 인간관계와 신체적인 이상과 정상에 대해 잘 알고 있기 때문이다. 물론 청소년이탈을 다루는 것은 다른 문제를 다루는 것보다 시간이 오래 걸리고, 더 자주 심리적인 탈진에 빠지게 할 수도 있다. 그러나 청소년들의 약물남용이 바로 간호받아야 할 간호학적 문제라는 사실에는 변함이 없다.▮

---

### 〈24 페이지에서 계속〉

윤명숙(1995). 약물남용자에 대한 전문적 개입과 재활서비스, 한국마약퇴치본부  
이덕기(1997). 한국마약류 중독자 치료. 재활세미나 자료집, 한국마약퇴치본부.

최현숙(1997). 건전음주문화정착 및 알코올문제 예방. 치료 세미나. 대한주류공업협회.  
한국산업안전공단(1996). 건강증진, 한국산업안전공단.