

## 소규모사업장에서의 근로자 금연프로그램 적용 효과

### Effects of the Program for Smoking Cessation of Workers in Small Workplace

최 정 명\* · 김 은 경\*\*

#### I. 서 론

##### 1. 연구의 필요성

우리나라 2005년 만 20세 이상 성인남녀의 흡연율을 보면 남성의 흡연율이 50.3%, 여성의 흡연율이 3.1%로 2004년 남성흡연율 57.8%와 여성흡연율 4.0%에 비해 감소추세에 있으나 여전히 높은 흡연율을 보이고 있다(한국금연운동협의회, 2005). 흡연은 한번 형성되면 변화하기 어려운 대표적인 생활습관으로, 담배를 피우면 그 속에 있는 니코틴에 의해 약물 의존성이 생기며, 아울러 습관이나 환경 등에 의한 사회적, 심리적 의존성이 생기게 된다. 특히 흡연기간이 길면 길수록 그리고 흡연량이 많으면 많을수록 니코틴 중독증상은 더욱 심해질 뿐만 아니라 그로인한 건강문제의 발생에도 더 심각한 영향을 미칠 수 있다(Brownson 등, 1997; 김철환과 서홍관, 2001).

흡연의 위험도에 대한 인식이 증대되면서 중년 남성층을 비롯한 흡연자의 60-70% 이상이 금연을 원하고 있으나 니코틴 중독증상 등으로 인하여 실제로 그 성공률은 낮은 편이다(안소정, 2003). 따라서 스스로 금연하지 못하는 흡연자가 금연할 수 있도록 도와주는 상담자의 노력은 절대적으로 중요한 의미를 갖는다고 볼 수 있는데, 실제 보건소에서 금연클리닉을 방문한 흡연자

를 대상으로 한 금연 성공 영향요인을 분석한 연구에서 가장 영향력 있는 요인으로 방문횟수가 제시되었다(이군자 등, 2006). 그러나 이러한 금연클리닉을 방문하기 어려운 직장인들의 경우는 보건관리자의 지속적인 관리를 통해 금연에 성공할 수 있을 것으로 생각된다.

최근 근로자의 건강진단결과에 의하면 직업병은 감소하고 있으나, 뇌심혈관계질환 등 일반질환은 증가추세에 있는데, 이는 과도한 스트레스, 운동부족, 음주, 흡연등과 같은 생활양식과 관련된다. 특히 이중 흡연은 각종 질환의 이환과 사망의 주요 원인으로 알려져 있다(원종욱 등, 1997).

그동안 금연에 대한 관심의 고조와 더불어 사업장에서 금연프로그램이 추진되고 있으나 이는 일부 보건관리자가 상주하는 대규모사업장에 국한되고 있는 실정이다. 특히 보건관리의 대상이 되지 못했던 50인 미만의 사업장은 열악한 작업 환경과 근로조건 등으로 인해 더 많은 건강문제를 내포하면서도 적절한 관리가 이루어지지 못했다(김영임, 2000; 이신재, 2001). 그러나 2001년부터 실시된 clean 3D 정책의 일환으로 실시되는 소규모 사업장 보건관리에 의해 보건관리자가 상주하지는 않지만 월 1-2회의 방문을 통해 보건교육 및 상담 등이 이루어지고 있다(윤순영, 2000; 윤순영 등, 2000; 최정명 등, 2002).

이에 본 연구는 소규모 사업장에 근무하는 근로자중

\* 수원과학대학 간호과 부교수(교신처자 E-mail: jmchoe@empal.com)

\*\* 수원과학대학 간호과

흡연자를 대상으로 보건관리자의 지속적인 관리를 통해 금연에 성공할 수 있도록 하는데 중점을 둔 금연프로그램의 효과를 평가하고, 소규모 사업장 근로자의 건강증진을 위한 간호중재의 토대를 마련하고자 시도되었다.

## 2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 소규모 사업장 근로자를 대상으로 금연 프로그램의 효과를 확인하는 데 있다. 구체적 목적은 다음과 같다.

- 1) 소규모 사업장 근로자의 일반적 특성을 파악한다.
- 2) 대상자의 흡연이유 및 흡연유형을 파악 한다
- 3) 금연프로그램 실시 후의 금연성공률 및 니코틴 의존도를 비교 한다

## 3. 연구의 제한점

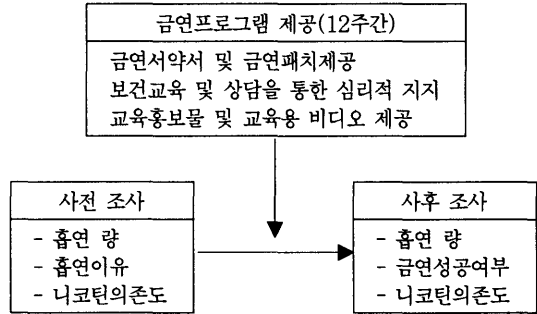
본 연구는 전담보건관리자가 배치되어 있지 않은 소규모사업장에서 실시된 금연프로그램 실시에 따른 결과이므로 다른 사업장에 확대 적용하는 데 한계가 있다.

# II. 연구 방법

## 1. 연구설계

본 연구는 소규모사업장에서의 금연프로그램의 효과를 평가하기 위해 실시된 단일군 사전-사후설계 연구로 12주에 걸쳐 실시된 사업의 효과를 측정하였다. 연구

의 진행과정은 대상 근로자를 선정 한 후 보건관리자가 2주에 1회씩 직접 사업장을 방문하여 금연프로그램을 실시하고 그 결과를 평가하였다(그림 1).



〈그림 1〉 금연 프로그램의 연구설계도

## 2. 금연프로그램

본 연구는 12주에 걸쳐 수행되었으며, 처음 방문 시는 본 연구의 취지를 설명하고 대상자를 선정 한 후 하루 흡연 량과 니코틴 의존도를 조사하였다. 두 번째 방문 시 금연서약서를 작성하고 본격적인 금연과정에 들어갔으며 원하는 근로자에게는 금연패치를 제공하였다. 보건관리자는 2주에 한번 씩 사업장을 직접 방문하여 금연에 성공할 수 있도록 홍보자료배포, 보건교육 및 감시활동을 하였으며, 특히 상담을 통해 지속적인 실천 의지를 가질 수 있도록 심리적 지지를 제공하였다. 마지막 방문 시 하루 흡연 량 및 금연여부 그리고 니코틴 의존도를 측정하였다. 구체적인 프로그램은 <표 1>과

〈표 1〉 금연프로그램

방문	내 용	교육내용
1회	대상자 선정 하루 흡연량, 니코틴 의존도조사	
2회	금연서약서 작성, 흡연이유, 유형 조사 금연패치제공(1주차)	금연포스터, 스티커 제공 교육홍보물 배부 상담 및 심리적 지지
3회	금연여부 점검, 금단증상 파악 금연교육, 금연비디오 제공	담배의 유해성분 흡연과 건강 상담 및 심리적 지지
4회	금연여부 점검, 금단증상 파악 금연교육, 교육홍보물 배부	니코틴 중독 금단증상 및 대처방법 상담 및 심리적 지지
5회	금연여부 점검, 금단증상 파악 금연교육, 교육홍보물 배부	금연으로 인한 이득 흡연유형에 따른 대처방법 상담 및 심리적 지지
6회	금연율(하루 흡연량), 니코틴의존도 조사	

같다.

### 3. 연구대상 및 자료수집방법

본 연구는 서울시 영등포구에 소재한 53개의 소규모 사업장에 근무하는 근로자를 대상으로 하였다. 대상자 선정은 흡연자중 금연프로그램에 참여를 희망하는 근로자로 하였으며 프로그램에 참여한 근로자 수는 모두 70명이었다. 본 연구에 참여한 보건관리자는 모두 18명이었고, 프로그램실시 전에 연구자로부터 금연프로그램 및 자료수집방법 등에 대한 교육을 받았다. 모든 자료는 보건관리자가 대상근로자를 직접 면담하여 수집하였다.

### 4. 연구도구

#### 1) 니코틴의존도

니코틴의존도는 Fagerstrom Tolerance Questionnaire로 측정하였으며, 모두 8문항으로 이루어져 있으며, 0-11점의 점수범위를 갖는다. 0-3점은 낮음, 4-6점은 중등도로 높음, 7점 이상은 니코틴의존도가 강함으로, 점수가 높을수록 니코틴 의존도가 높음을 의미한다.

#### 2) 흡연이유

흡연하는 이유를 묻는 18개 항목으로 구성되어 있으며, 이는 자극추구형, 손상난형, 이완추구형, 심리적 의존형, 갈망형, 습관형에 해당하는 문항이 각각 3문항으로 되어있다. 각각의 문항은 '전혀 느끼지 않는다'에서 '항상 느낀다'의 5점 척도로 측정되었으며, 각 3문항 점수를 합한 점수가 11점 이상은 높은 점수이고 7점 이하는 낮은 점수로 그 유형에 해당하지 않음을 의미한다.

### 5. 분석방법

대상자들의 흡연이유, 흡연유형 및 금연성공여부는 문항별 빈도와 항목별 평균 및 표준편차를 산출하였으며, 대상자들의 금연프로그램 실시전후의 니코틴의존도의 차이를 알아보기 위해 paired t-test를 실시하였다.

## Ⅲ. 연구 결과

### 1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 성별은 모두 남성이었으며, 연령별분포는 20대 11.4%(8명), 30대 47.1%(33명), 40대 25.7%(18명), 50세 이상이 12.9%(9명)로 30대가 가장 많았으며, 결혼 상태에 있어서는 미혼이 12.9%(9명), 결혼이 86.7%(60명)이었다. 직종은 생산직이 85.7%(60명)로 대부분을 차지하였으며 사무직 4.3%(3명), 생산직과 사무직 10%(7명)로 나타났다(표 2).

〈표 2〉 대상자의 일반적 특성

특성	구분	실수(%)
성별	남	70(100.0)
	여	0(0.0)
연령	20대	8( 11.4)
	30대	33( 47.1)
	40대	18( 25.7)
	50대	9( 12.9)
	무응답	2( 2.9)
결혼	미혼	9( 12.9)
	결혼	60( 86.7)
	무응답	1( 1.4)
직종	생산직	60( 85.7)
	사무직	3( 4.3)
	생산직+사무직	7( 10.0)
	~1/2갑	3( 4.3)
하루 흡연량	1/2~1갑	21( 30.0)
	1~2갑	43( 61.4)
	2갑 이상	2( 2.9)

### 2. 대상자의 흡연이유 및 흡연유형

근로자의 흡연이유를 살펴보면 18개 항목의 평균점수는 2.5점(보통)이며, 이중 가장 높은 항목은 '기분이 우울하거나 근심, 걱정이 있을 때 담배를 피우게 된다'로 3.5점이었으며, 다음으로 '마음의 여유를 갖기 위해 담배를 피운다'와 '나도 모르는 사이에 저절로 담배를 피우게 된다'로 3.1점이고 '얼마동안 담배를 피우지 않으면 담배에 대한 열망이 간절하다가 3.0점이었다. 2.0점 미만의 낮은 점수를 보인 항목은 '피우던 담배를 재떨이 위에 올려놓은 사실을 잊고 다시 담배에 불을 붙인다' 내뿜는 담배연기를 쳐다보는 것이 담배 피우는 즐거움의 하나 이다' 와 '담배를 피우는 하나하나의 과정이 즐거움을 준다'로 나타났다(표 3).

이를 흡연유형으로 구분하여 보면, 심리적의존형이 53.8%(35명)로 가장 많았고, 그 다음으로 갈망형이 27.7%(18명), 이완추구형이 13.8%(9명), 자극추구형이 7.7%(5명), 손상난형이 4.6%(3명), 습관형이 3.1%(2명)이었다(표 4).

〈표 3〉 대상자의 흡연하는 이유

(단위 : 빈도, %)

구 분	항상	때때로	보통	간혹	없음	평균
1 마음의 여유를 갖기 위해 담배를 피운다	12 (17.1)	14 (20.0)	21 (30.0)	17 (24.3)	6 (8.6)	3.1
2 담배를 만지는 것이 담배 피우는 즐거움의 하나이다	2 (2.9)	9 (12.9)	11 (15.7)	15 (21.4)	33 (47.1)	2.0
3 담배를 피우면 즐겁고 편안해 진다	6 (8.6)	11 (15.7)	25 (35.7)	17 (24.3)	11 (15.7)	2.8
4 어떤 일에 화가날 때 담배를 피우게 된다	16 (22.9)	24 (34.3)	16 (22.9)	13 (18.6)	1 (1.4)	3.6
5 담배가 떨어지면 불안해서 못 견디다	8 (11.4)	6 (8.4)	16 (22.9)	9 (12.9)	29 (41.4)	2.3
6 나도 모르는 사이에 저절로 담배를 피우게 된다	11 (15.7)	17 (24.3)	19 (27.1)	14 (20.0)	9 (12.9)	3.1
7 담배를 피우면 자극이 되고 일을 잘하게 된다	5 (7.1)	9 (12.9)	18 (25.7)	14 (20.0)	24 (34.3)	2.4
8 담배를 피우는 하나하나의 과정이 즐거움을 준다	2 (2.9)	5 (7.1)	14 (20.0)	15 (21.4)	34 (48.6)	1.9
9 담배 피우는 자체가 즐겁다	4 (2.3)	3 (4.3)	22 (31.4)	16 (22.9)	25 (35.7)	2.2
10 어떤 것에 대해 불편하고 긴장될 때 담배를 피우게 된다	1 (1.4)	11 (15.7)	27 (38.6)	19 (27.1)	2 (2.9)	2.4
11 담배를 피지 않을 때, 그 사실을 많이 의식 하게 된다	4 (2.3)	10 (14.3)	23 (32.9)	14 (20.0)	19 (27.1)	2.5
12 피우던 담배를 재떨이 위에 올려놓은 사실을 잊고 다시 담배에 불을 붙인다	1 (1.4)	2 (2.9)	4 (2.3)	13 (18.6)	50 (71.4)	1.4
13 담배를 피우면 기분이 나아갈 듯하다	2 (2.9)	1 (1.4)	13 (18.6)	19 (27.1)	35 (50.0)	2.0
14 내뿜는 담배연기를 쳐다보는 것이 담배 피우는 즐거움의 하나이다	0 (0.0)	3 (4.3)	8 (11.4)	20 (28.6)	39 (55.7)	1.6
15 편안하고 이완되어있을 때 주로 담배를 피고 싶다	4 (2.3)	11 (15.7)	19 (27.1)	20 (28.6)	16 (22.9)	2.5
16 기분이 우울하거나 근심, 걱정이 있을 때 담배를 피우게 된다	10 (14.3)	31 (44.3)	18 (25.7)	9 (12.9)	2 (2.9)	3.5
17 얼마동안 담배를 피우지 않으면 담배에 대한 열망이 간절하다	10 (14.3)	21 (30.0)	14 (20.0)	9 (12.9)	16 (22.9)	3.0
18 나도 모르는 사이에 담배를 입에 물고 있는 나 자신을 발견 한다	2 (2.9)	10 (14.3)	9 (12.9)	18 (25.7)	31 (44.3)	2.1
전체평균						2.5

〈표 4〉 대상자의 흡연유형 (단위 : 빈도, %)

구 분	7점이하	8-10점	11점이상
1 자극추구형	34(52.3)	26(40.0)	5(7.7)
2 손상난형	50(76.9)	12(18.5)	3(4.6)
3 이완추구형	34(52.3)	22(33.8)	9(13.8)
4 심리적인 의존형	9(13.8)	21(32.3)	35(53.8)
5 갈망형	30(46.2)	17(26.2)	18(27.7)
6 습관형	43(66.2)	20(30.8)	2(3.1)

\* 흡연이유(표) 에서

- 유형1 (1) + (7) + (13) = 자극추구형
- 유형2 (2) + (8) + (14) = 손상난형
- 유형3 (3) + (9) + (15) = 이완추구형
- 유형4 (4) + (10) + (16) = 심리적인존형
- 유형5 (5) + (11) + (17) = 갈망형
- 유형6 (6) + (12) + (18) = 습관형

### 3. 금연프로그램 참여 전, 후의 변화

#### 1) 금연성공률

참여대상자 70명중 금연성공률은 12.9%로 9명이 성공하였다. 14.3%인 10명은 금연에 실패하였고, 나머지 51명(72.9%)은 금연에 성공하지는 못했지만 흡연량은 감소하였다.

#### 2) 니코틴의존도의 변화

연구대상자들이 금연프로그램을 참여한 후에 금연에 성공하지는 않았으나 절연한 대상자에게서 니코틴의존도 사후조사를 실시하여 참여전의 니코틴의존도와 비교

〈표 5〉 금연성공률

구분	빈도	%
금연	9	12.9
절연	51	72.9
실패	10	14.3
합계	70	100.0

한 결과 유의한 차이를 나타내었다. 특히 세부항목별로 살펴보면 8개의 항목 중에서 4개의 항목 즉, '하루 평균 흡연량', '하루의 첫 담배를 아침 기상 후 언제 피우는지', '아파서 누워있을 때도 담배를 피우는지', '담배 연기를 들이마시는지'는 1%미만수준에서, 2개의 항목 즉, '금연 장소에서도 담배를 피우고 싶어질 때'와 '하루 중 언제 피우는 담배가 가장 만족스러운지'는 5% 미만수준에서 유의하게 감소하였다.

#### IV. 논 의

본 연구에서 대상자들의 흡연량은 21-40개 피미만군이 61.4%이었고, 11-20개 피미만군이 30.0%로 나타났다. 김명숙(2005)의 직장 흡연남성 259명을 대상으로 한 연구에서 직장인들의 하루 흡연량의 경우는 11-20개 피미만군이 58.5%로 가장 많았고, 한국금연운동협의회(2005)에서 20세 이상 성인을 대상으로 한 흡연 실태조사에서 하루 흡연량의 경우 11-20개 피미만군이 53.3%가 가장 많았고, 1갑 이상군은 11.1%인 것과 비교해볼 때 본 연구대상자들의 흡연량이 매우 높은 것을 알 수 있다. 이는 본 연구대상자가 20-30대가 많고, 주로 생산직이 많은데 기인하는 것으로 볼 수 있는데, 일반적으로 저연령일수록 그리고 생산직의 흡

연율이 상대적으로 높은 것과 관련된다고 볼 수 있다 (한국금연운동협의회, 2005).

본 연구에서 실시된 금연프로그램은 12주 동안 보건관리자가 2주에 한번 씩 방문하여 철저한 관리를 통해 금연에 성공할 수 있도록 하였다. 김명숙(2005)은 금연이 성공적으로 이루어지려면 일회적인 교육보다는 지속적으로 흡연에 대한 유해성을 강조하고, 흡연에 대한 부정적인 태도를 강화하여 금연에 대한 의지를 유지하는 것이 무엇보다 중요하다고 하였다. 또한 보건소 금연클리닉 방문자를 대상으로 한 이근자 등(2006)의 연구에서 방문횟수가 많을수록, 그리고 심재운 등(2002)에 의한 병원 금연클리닉에서의 금연성공요인에 관한 연구에서 상담횟수가 많을수록 금연 성공률이 높았다는 것을 볼 때, 보건관리자의 규칙적인 방문을 통한 지속적인 지지와 격려는 근로자로 하여금 금연의지를 높이고 실천에 이르게 하는 중요한 요소임에 틀림없다.

특히 대상자들의 흡연하는 이유를 살펴보면 습관형이나 갈망형보다는 심리적인 의존형이 상대적으로 많은 결과를 보여 주었다. 즉, 우울하거나 근심, 걱정이 있을 때, 그리고 화가 나거나 긴장될 때 담배를 피우는 것으로 나타났는데, 이는 그때그때의 심리적인 지지가 다시 흡연으로 가지 않게 하는 매우 중요한 요소임을 보여준다. 이는 장성욱 등(2005, 2006)의 연구에서도 혼자 금연하는 것 보다 여럿이 같이 했을 때 금연하는데 더 도움이 되는 것으로 제시하였고, 이때 동료의 지지와 상담자의 지지가 매우 중요함을 보여주고 있다.

본 연구에서 금연프로그램실시 후 금연성공률은 70명중 9명이 성공하여 12.9%의 성공률을 나타냈고, 나머지는 금연에 성공하지 못했다. 그러나 71.9%인 51

〈표 6〉 절연자의 니코틴의존도의 금연교육전후비교

구분	평균		t-검정		
	사전평균 (표준편차)	사후평균 (표준편차)	평균차 (표준편차)	t	p
1 하루 평균 흡연량은?	1.11( .73)	.41( .68)	-.70( .71)	-7.325	.000
2 피우는 담배의 니코틴 함량은?	1.02( .23)	1.04( .27)	.02( .13)	1.000	.322
3 하루의 첫 담배를 아침 기상 후 언제 피우십니까?	.50( .50)	.27( .45)	-.23( .43)	-4.078	.000
4 금연 장소에서도 담배를 피우고 싶어질 때는?	.88( .33)	.77( .43)	-.11( .37)	-2.192	.033
5 하루 중 언제 피우는 담배가 가장 만족스럽습니까?	.32( .47)	.18( .39)	-.14( .40)	-2.664	.010
6 아파서 누워있을 때도 담배를 피우니까?	.91( .29)	.70( .46)	-.21( .41)	-3.873	.000
7 하루 중 언제 담배를 많이 피웁니까?	.17( .38)	.11( .32)	-.06( .30)	-1.352	.182
8 담배 연기를 들이마십니까?	1.38( .78)	1.16( .76)	-.22( .56)	-2.849	.006
니코틴 의존도	5.95(1.52)	4.95(1.44)	-1.00(1.36)	-5.495	.000

명의 대상자는 흡연량이 감소하는데 성공하였고 니코틴 의존도 역시 유의하게 감소하였다. 이는 신성례 등 (2000)의 연구에서도 12주 동안의 교육과 관리에도 불구하고 금연보다는 흡연감소의 효과를 보인 결과와 일치되는데, 이는 성인의 경우 금연이 얼마나 어려운지를 잘 보여주고 있다. 특히 본 연구의 대상자는 흡연량이 많아 더 금연에 어려움이 있었을 것으로 짐작할 수 있다. 그리고 여러 연구에서 한 번 금연에 성공한 경험이 있는 사람들과 흡연량이 적을수록, 그리고 니코틴 의존도가 낮을수록 금연의 성공률이 높은 것으로 제시되고 있는바(한은정 등, 1997; 김철환과 서홍관, 2001; 이군자 등, 2006), 본 연구에서 교육 후 흡연 정도나 니코틴 의존도가 감소된 것은 다음 금연시도 시에는 좀 더 쉽게 성공에 이르게 할 수 있다는 측면에서 의의가 있다고 생각한다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 금연요구가 있는 근로자들을 대상으로 금연프로그램을 실시하고 그 결과를 평가하기 위해 시도되었다. 연구대상자는 50인 미만의 소규모 사업장에서 흡연자로서 금연프로그램에 참여를 희망하는 근로자 70명을 대상으로 이루어졌다. 금연프로그램은 금연성공을 위한 서약서작성과 개별 보건교육 및 홍보책자와 비디오 배부 등으로 이루어졌으며 간호사가 2주에 1회씩 직접 방문하여 실시하였다. 프로그램에 대한 평가는 빈도, 평균 및 사전, 사후조사에서 측정된 니코틴의존도의 차이를 paired t-test로 분석하였다.

연구결과는 다음과 같다.

1. 근로자의 흡연이유 중 점수가 높은 항목들은 '기분이 우울하거나 근심, 걱정이 있을 때 담배를 피우게 된다', '마음의 여유를 갖기 위해 담배를 피운다', '나도 모르는 사이에 저절로 담배를 피우게 된다' 와 '얼마동안 담배를 피우지 않으면 담배에 대한 열망이 간절하다'로 나타났으며, 흡연 유형으로는 심리적 의존형이 53.8%(35명)로 가장 많은 수를 차지하였다.
2. 금연프로그램 실시 후 대상자들의 금연 성공률은 12.9%(9명)이었고, 금연에는 성공하지 못했으나 절연에 성공한 대상자(72.9%, 51명)의 니코틴 의존도는 유의하게 감소하였다. 항목별로는 '하루 평

균 흡연량, 하루의 첫 담배를 아침 기상 후 언제 피우는지, 아파서 누워있을 때도 담배를 피우는지, 담배 연기를 들이마시는지, 금연 장소에서도 담배를 피우고 싶어질 때는, 하루 중 언제 피우는 담배가 가장 만족스러운지'의 항목이 유의하게 감소하였다.

이상의 결과에서 볼 때 소규모사업장 근로자를 대상으로 한 금연프로그램이 효과적이었음이 확인되었다. 이는 무엇보다 간호사가 2주마다 규칙적인 방문을 통해 지속적인 관리를 수행함으로써 가능했을 것으로 생각된다. 그동안 열악한 환경에도 불구하고 관심 밖에 있던 소규모 사업장은 정부의 clean 3D 정책 등 정부의 관심이 증가하면서 더욱 확대될 것으로 생각한다. 따라서 앞으로 민간단체를 중심으로 실시되고 있는 소규모사업장 보건관리 사업은 간호사들의 철저한 질 관리를 통한 전문성의 확보와 효율적인 운영을 통해 근로자들의 건강관리가 최대의 효과를 내도록 하는 데 중점을 두어야 할 것이다.

## 참 고 문 헌

- 김명숙 (2005). 직장 흡연남성의 건강관련 삶의 질, 흡연지식, 흡연태도 및 금연의도간의 관계연구. 대한간호학회지, 35(2), 344-352.
- 김영임 (2000). 소규모 사업장 보건관리: 산업보건측면에서. 사업장 보건관리의 당면과제. 한국산업간호협회, 73-79.
- 김철환, 서홍관 (2001). 금연클리닉을 방문한 흡연자의 금연 성공과 관련된 요인. 가정의학학회지, 22(11), 1603-1611.
- 신성례, 이동섭, 박정환 (2000). 다 학제간 접근방식을 이용한 생활금연 프로그램개발과 그 효과에 관한 연구. 대한간호학회지, 30(1), 110-121.
- 심재운, 한나영, 정유석, 유선미, 박일환 (2002). 금연클리닉에서 금연성공과 관련된 요인. 가정의학학회지, 23(3), 325-333.
- 안소정 (2003). 성인남성의 흡연태도와 행동 및 금연에 관한 연구. 이화여대 석사학위논문, 서울.
- 원종욱, 송재석, 노재훈 (1997). 경인지역 대규모사업장과 소규모 사업장의 작업환경 및 종사근로자의 질병이환을 비교. 예방의학지, 30(2), 392-401.

- 윤순녕 (2000). 서울특별시 민간단체 공공근로사업 소규모사업장 보건관리. 한국산업간호협회.
- 윤순녕, 김영임, 정혜선, 김순례, 유경혜, 송영숙, 김화중 (2000). 50인 미만 소규모 사업장의 보건관리 실태. 지역사회간호학회, 11(1), 90-104.
- 이군자, 장춘자, 김명순, 이명희, 조영희 (2006). 6개월 금연 성공이 영향요인 연구-인천광역시 보건소 금연클리닉을 방문한 흡연자를 중심으로-. 대한간호학회지, 36(5), 742-750.
- 이신재 (2001). 소규모사업장 보건관리정책방향. 제34회 산업안전보건 강조주간 세미나: 근로자 건강증진 프로그램의 실제-5인 미만 사업장 중심으로-. 한국산업간호협회.
- 장성욱, 김은주, 서문경애, 이수정 박창승 (2006). 흡연유혹의 영향요인 비교연구-청소년과 성인-. 대한간호학회지, 36(3), 561-570.
- 장성욱, 신성례, 김홍규, 김상숙, 주은애 (2005). 금연 학교 입원프로그램 전과 후의 흡연자의 흡연에 대한 인식변화. 대한간호학회지, 35(6), 1163-1173.
- 최정명, 김춘미, 현혜진, 윤순녕 (2002). 소규모사업장에서의 근로자 위장질환 관리 프로그램의 효과. 한국산업간호학회지, 11(1), 5-12.
- 한국금연운동협의회 (2005). 흡연실태조사보고서. <http://www.kash.or.kr/user/main.asp>.
- 한은정, 이종열, 조병선, 배덕원, 이가영, 박태진, 김병성 (1997). 의사들의 흡연실태 및 금연권고. 가정의학회지, 18(6), 601-611.
- Brownson, R. C., Eriksen, M. P., Davis, R. m. & Warnner, K. E. (1997). Environmental tobacco smoke : health effect and policies to reduce exposure, Annual Review of Public Health, 18, 163-185.

- Abstract -

## Effects of the Program for Smoking Cessation of Workers in Small Workplace

Choi, Jeong Myung\* · Kim, Eun Kyung\*

**Purpose:** This study was done to evaluate the program for smoking cessation of workers in small workplace. **Method:** The study cases were seventy workers who voluntarily participated in the above program and they were from small workplace (under fifty employees) at Yonugdeungpo-gu, Seoul. This program was composed of individual health education and distributing guide books and video. Nurses visited the workplace for the program once two weeks. **Result:** Nine works (12.9%) succeed and 10 worker(14.3%) failed in smoking cessation. Number of cigarettes smoked a day and level of nicotine dependency of fifty-one(72.9%) workers decreased significantly. **Conclusion:** The results indicated the program was successful for workers at small workplace. The continual management by nurses' regular visit was the moat important thing for successful program.

**Key words :** Worker, Smoking cessation, Small workplace

\* Department of Nursing, Suwon Science College