

# 표준으로 건강한 음주를~



아빠!  
표준 맥주잔을 사용하면  
과음을 막을 수가 있대요!



술의 종류란 참 여러 가지이지요? 사람마다 기호가 다 달라서 소주를 좋아하는 사람이 있는가 하면, 맥주를 좋아하는 사람이 있고, 와인을 좋아하는 사람도 있지요. 그런데 이렇게 다양한 술 모두 각기 다른 술잔에 부어 마십니다. 왜 그럴까요?

이는 바로, 흔히 '도수'라고 말하는 알코올 농도 때문이지요. 맥주는 알코올 농도가 8% 이하여서 가장 순한 술에 속합니다. 와인은 9%~16%, 위스키 35%, 브랜디는 40%, 또 우리 국민들이 즐겨 마시는 소주는 19.5%이지요. 그리고 보드카는 가장 독한 술로서 40% 이상이라고 합니다. 이처럼 독한 위스키나 보드카를 제일 큰 술잔인

맥주잔에 부어 별걱별걱 마신다면 어떤 일이 일어날지 상상이 갈 겁니다.

술의 알코올 함량 측정 방법은 1800년에 정해지기 시작해서 계속 발전하여 지금의 '표준 알코올 농도 측정법'이 되었습니다. 그러면서 알코올 농도를 %로 표시하게 되었지요.

술의 알코올 함량 측정 방법이 발견되기 이전인 1700년대까지는 화약을 술에 붓고 불을 붙여서 알코올 농도를 측정했는데, 불이 붙는 정도를 프루프(proof) 단위로 표현했다고 하니 알코올 농도 재기가 얼마나 번거로웠을까요?

## 내 주량은 얼마일까?

건강한 음주를 위해서는 자신의 신체에 해가 되지 않을 정도의 음주량을 알고 있는 게 도움이 될 것입니다. 그러면 지금부터 자신에게 적당한 주량을 어떻게 계산해야 하는지 알아봅시다.

$$\frac{\{\text{체중(kg)} \times 0.1(\text{g}) \times 24(\text{시간})\}}{2}$$

=하루에 처리할 수 있는 알코올의 양

이렇게 계산한다면 체중 70kg인 사람은 하루에 총 84g의 알코올을 처리하게 되는 것입니다. 그렇다면 84g의 알코올은 대체 얼마나 되는 것일까요?

$$\frac{84\text{g}}{\text{술의 알코올 농도(\%)}}$$

알코올 농도 4%의 맥주는 2,100cc(약 8잔), 알코올 농도 19.5%의 소주는 431cc(약 1병, 8잔), 따라서 70kg의 체중이 나가는 사람의 주량은 맥주를 기준으로 하여 약 8잔, 그리고 소주는 약 1병 정도가 되는 것입니다.

## 맥주사마다 잔의 크기가 서로 다르다?

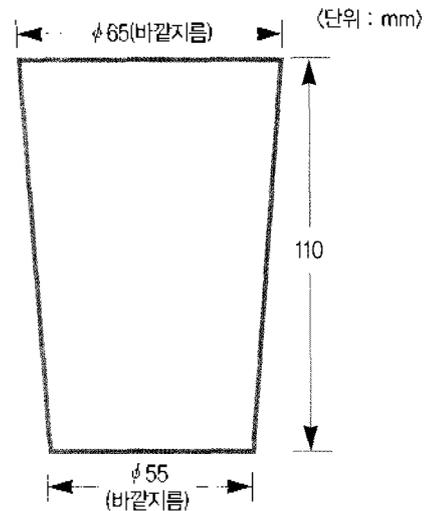
식당에서는 맥주 제조사별로 다른 일정한 모양의 맥주잔을 사용하고 있습니다. 우리의 육안으로 볼 때는 비슷 비슷해 보이는 이 맥주잔들, 그런데 크기가 제각각이라는 사실을 알고 계셨나요?

얼마 전 지식경제부 기술표준원이 맥주잔에 대해 대대적인 조사를 벌인 일이 있습니다. 그런데 맥주잔이 표준화가 되어 있지 않아 제품을 운반하거나 식당에서 보관을 하는데 불편과 비효율이 발생하고 있었습니다.

이에 따라 지식경제부 기술표준원은 맥주잔을 운반할 때 가장 편리하게 운반하면서 업소에서도 효율적으로 작업할 수 있는 디자인을 선정했습니다. 더불어 자신이 얼마만큼의 알코올을 섭취했는지 정확히 파악하여 과음을 막기 위해 맥주잔의 크기와 용량을 표준화했지요.

또한 기술표준원은 맥주잔에 뜨거운 액체를 넣었을 때 유리에서 유해 물질인 납이 녹아 나오지 않도록 기준을 정했는데요. 이 기준은 기존의 국제 기준(리터당 5.5mg)

〈한국산업표준(KS) 맥주잔〉



보다 강화된 리터당 1.5mg으로 구성했습니다.

독극물에 속하는 비소 역시 이에 나오지 않도록 안전 기준을 높였지요. 자! 이제 안전한 'KS 맥주잔'으로 맥주의 침맛을 제대로 느껴볼 일만 남았네요.

참고로 '맥주잔'에 관한 보다 자세한 표준 정보는 국가 표준정보센터([www.standard.go.kr](http://www.standard.go.kr))에서 'KS L 2408'을 검색하면 표준 열람이 가능합니다.

