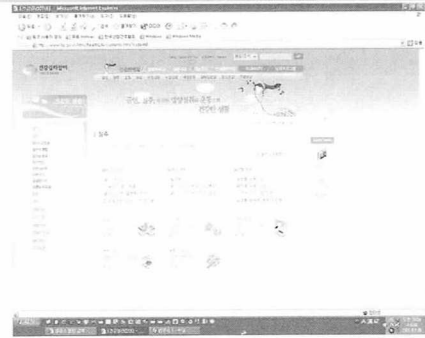


홈페이지소개

절주



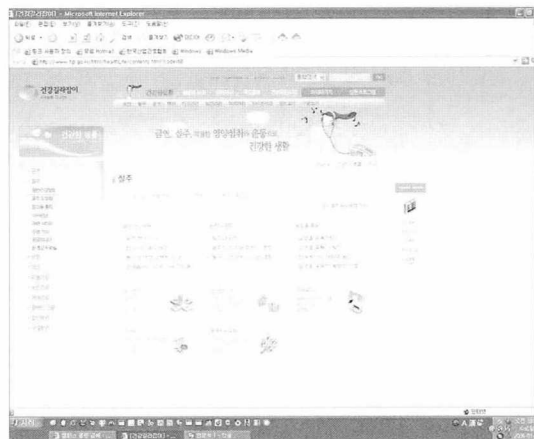
편집위원

보건복지부 국민건강증진종합계획(Health Plan 2010) 중점과제 중 하나인 절주에 대한 홈페이지를 소개하고자 한다.

우리나라의 절주 목표를 국민건강증진종합계획에서는 고도위험 음주자 비율이 2001년 남자 17.4%, 여자 1.2%에서 2005년 남자 14.9%, 여자 2.5%로 2010년 남자 13.0%, 여자 2.0%로 낮추는 것으로 하고 있다.

◎ 건강길라잡이(www.hp.go.kr)-절주

건강길라잡이는 절주뿐만 아니라 금연, 운동, 영양, 아동건강, 노인건강, 여성건강, 장애인건강, 정신보건, 구강보건 등 다양한 정보가 있다. 그 중 절주 메뉴는 일반건강정보, 음주의 영향, 알코올 중독, 자가진단, 관련사이트, 관련기사, 궁금합니다, 동영상 자료실이 있다.



1) 일반건강정보

- (1) 술은 무엇인가
술의 종류와 그에 따른 알코올 함량에 대해서 설명하고 있다.
- (2) 한국인의 음주현황

청소년의 음주현황으로 음주 경험률과 빈도빈도, 청소년 음주와 비행, 성인의 음주현황으로 음주률과 음주정도, 최초 음주 연령으로 음주상황과 이유 등의 음주현황을 보여준다.

- (3) 음주에 대한 잘못된 생각
- (4) 한국음주의 경제, 사회적 비용

국내 주류출고량과 수입량, 국내 술 소비량, 주류 소비로 인한 가구 지출, 주류 광고비 등 음주의 경제, 사회적 비용을 알려준다.

2) 음주의 영향

- (1) 음주와 안전

음주거절에 필요한 대처기술, 술이 인체에 미치는 영향, 음주사고와 음주관련 사고, 적절하게 술을 마시는 요령 등을 소개하고 있다.

- (2) 음주가 장기에 미치는 영향

알코올이 구강·식도, 췌장, 두뇌, 근육, 뼈, 면역, 대사, 간, 심혈관, 호르몬 등 각 장기에 영향을 미치는 것을 알려준다.

- (3) 음주가 건강에 미치는 영향

알코올로 각 장기뿐만 아니라 흡연, 연령, 영양, 약물, 태아, 여성, 과다음주, 심혈관계 질환, 당뇨병, 비만, 스트레스, 암 등 건강에 미치는 영향에 대해 설명하고 있다.

3) 알코올 중독

- (1) 알코올 중독이란?

알아두어야 할 알코올 중독의 특징과 알코올 중독여부 자가진단법이 소개되어 있다.

- (2) 알코올 중독의 원인

알코올 중독의 심리사회적, 생물학적 원인으로 나누어 설명하고 있다.

- (3) 한국에서의 사회적 원인

2001년 전국 역학조사 통계에 따르면 우리나라 성인의 4~5명 중 하나는 알코올 중독 증세가 있다고 보고 되고 있다.

- (4) 알코올 중독의 예방과 치료

알코올 중독 발생 예방하는 방법으로 바른 음주문화 정착, 교육과 홍보, 건전한 놀이 문화 정착, 주류판매 이익금 활용, 마스크영향 억제에 대한 내용과 알코올 중독을 조기 발견하고 적절히 치료하는 방법으로 치료의 과정, 도움기관, 재발 방지를 위한 전략 등을 소개하고 있다.

4) 자가진단

음주1(MASTER), 음주2(AUDIT), 알코올중독증 검사, 알코올 중독 평가 외 금연, 운동, 영양, 체중조절, 암, 당뇨병, 심혈관질환, 구강관리, 여성건강, 노인건강, 생애주기별 건강, 정신건강 등의 자가진단을 할 수 있는 내용이 있다.

5) 관련사이트

〈국내〉

- 대한주류공업협회 : 협회소개 및 술상식, 건전음주가이드 등 소개
- 인제대학교 음주연구소 : 음주관련 신문기사, 알코올 중독 관련정보, 알코올 상실등의 음주관련정보 제공.
- 한국음주문화연구센터(사이버 음주문화센터) : 한국음주문화센터의 홈페이지로 기관정보, 음주관련정보, 알코올 중독 정보, 학술정보, 통계정보 등을 제공.
- 한국대학생 알코올문제예방협회 : 한국대학생 알콜문제예방협회 홈페이지로 음주에 관한 자료실, 상담실, 학회등을 운영하고 있으며 특히 청소년이나 대학생들을 위주로 잘못된 음주 습관 바로 잡기를 목적으로 함.
- 알코올 중독 정보센타 : 증상, 관련질환과 서적, 치료방법, 치료기관 소개, 국내외논문, 초록 및 전문제공
- 알콜전문병원 다사랑병원 : 알콜전문병원으로 홈페이지에서 외래안내, 병동안내, 알콜에 대한 상식, 온라인 의료상담, 다양한 자료를 볼수 있는 자료실도 운영
- 범국민절주운동본부

〈외국〉

- NIAAA(National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism)
: 알콜중독이나 기타 알콜관련 문제의 원인이나 증상, 예방 등에 관해 연구하는 미국의 국가지원 연구소로 연구결과정보나 새소식 등을 제공.
- NCHS Statistical Rolodex
: 미국의 음주로 인한 연령별, 성별 사망률과 음주에 기인한 간질환 피해자 통계 등을 제공하는 NCHS의 사이트.
- Binge Drinking on Campus
: 최근 하버드대에서 실시된 대학생 음주관련 설문조사 결과를 소개. 성별 음주 패턴, 음주로 인한 개인별 폐해 경험을 등을 제공

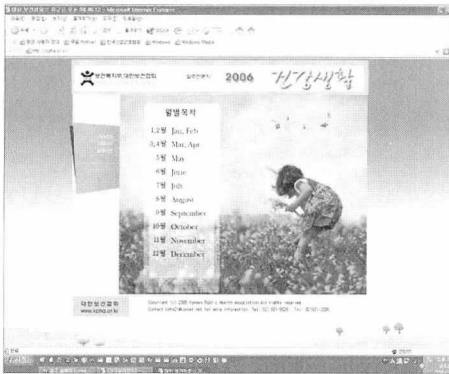
6) 관련기사(신문자료, 방송자료), '궁금합니다.'를 운영하고 있다.

7) 동영상 자료실

대학생활과 술에 관한 리포트, TV 우리집 주치의 - 술, 이래서 위험하다. “대퇴골두무혈 괴사”, 청소년 음주 예방을 위한 열두마당, 건강클리닉 - 유혹인가, 늙인가 알콜중독 등의 동영상 자료가 있다.

© 대한보건협회(www.kpha.or.kr)

건전한 음주문화 정착을 위한 국민계몽 교육사업, 세미나, 주류광고규제 모니터링 사업과



절주 홍보매체로 홈페이지에 절주자료실 운영과 보건소식지 “건강생활”을 발행하고 있다.

대한보건협회 홈페이지 메인에 절주자료실을 공유와 절주홍보물을 구매할 수 있도록 하고 있으며, 특히 메인 페이지의 ‘건강생활’을 클릭하시면 절주전문지인 ‘건강생활’을 홈페이지에 게시하여 다양한 절주에 대한 자료와 정보를 제공하고 있다.

〈건강생활〉

2004~2005년은 특집, 이제는 절주시대, 스포츠 클리닉, 가정의학, 탐방, 우리들의 건강상식, 건강상식의 허실, 정신건강선물로 나누어져 있으며, 2006년은 특집, 알코올 상담실, 이제는 절주시대, 알코올과 의학정보, 흑시, 나도?, 우리들의 건강식, 스포츠 클리닉, 정신건강선물, 절주하는 사회를 위하여로 잡지가 구성되어 있다.

◎ 건강증진개발센터(<http://healthcenter.kihasa.re.kr/>)

절주에 대해 리플렛 1종, 비디오 1종, 서적 10종을 보유하고 있으며, 자료 다운과 볼 수 있도록 해놓고 있으며, 모든 자료는 비영리 목적으로 실비나 무료로 제공하고 있다.

〈목록〉

- 리플렛 : 부천시 알코올 오,남용 예방센터(부천시 알코올 오남용센터)
- 비디오 : 절주특강(한국보건사회연구원)
- 서 적 : 절주하는 사회를 위하여(대한보건협회)
 - 청소년 단주교육의 이론과 실제(대한보건협회)
 - 대학생 절주교육의 실제(보건복지부)
 - 청소년 음주문제예방을 위한 또래 지도자 양성성프로그램(지도자용)
 - 청소년 음주문제예방을 위한 또래 지도자 양성성프로그램(학생용)
 - 학교중심 청소년 음주예방 프로그램(지도자용)
 - 학교중심 청소년 음주예방 프로그램(학생용)
 - 대학생 알코올 문제 예방 프로그램(지도자용)
 - 대학생 알코올 문제 예방 프로그램(학생용)
 - 대학생 절주홍보 및 교육방법

절주사업 보건소로 강북구 보건소(www.ehealth.or.kr), 청원군 보건소(jeolju.puru.net) 등이 있다.