

산업간호사례 Ⅰ

출장 금연 클리닉을 활용한 금연운동

조 혜 란 / (주)파리크라상 보건관리자

1. 사업장 개요

사업장명	(주)파리크라상
설립일	1987년 1월 15일
주소	경기도 성남시 중원구 상대원1동 149-3
업종	제조, 소매
주생산품	제과, 빙과, 음료, 커피
근로자수	1942명 (본사 985명)

2. 금연운동 목적

평소 금연을 생각하고 있었으나 본인의 의지만으로 도전하지 못한 근로자의 금연을 돋고자 함.

3. 협조기관

성남시 중원구 보건소 금연클리닉

4. 세부추진계획(4월 25일~5월 30일까지 매주 화요일 진행)

회수	세부내용
1회	사전교육 및 등록교육
2회	기초설문조사, 니코틴 의존도 평가 금연상담각종검사(CO측정, 혈압, 배둘레, 몸무게 등) 금연보조제 지급(니코레트 패치)
3회~7회	금연상담 각종검사(CO측정, 혈압, 배둘레, 몸무게 등) 금연보조제 지급

* 6개월간 유선으로 금연상담 관리.
 * 6개월 금연 성공자에게 기념품 제공

등록카드, 기초설문조사

금연클리닉등록카드									
등록일	년	월	일	등록번호					
성명				연령	만	세	주민등록번호	성별	<input type="checkbox"/> 남 <input type="checkbox"/> 여
주소	집 전화번호								
이메일	휴대 전화번호								
직업									
생활 실내	① 자영업	② 전문직	③ 공무원	④ 군인	⑤ 공공 종업원	⑥ 대학생	⑦ 고교생	⑧ 대학생	⑨ 사무직
									⑩ 농어업
									⑪ 직업 없음
사회 보장	<input type="checkbox"/> ① 건강보험 <input type="checkbox"/> ② 외국급여 <input type="checkbox"/> ③ 기타								
동록 동기	<input type="checkbox"/> ① TV 및 라디오 광고를 통해 <input type="checkbox"/> ② 품목카드, 포스터, 홍보회자 등을 통해 <input type="checkbox"/> ③ 인터넷을 통해 <input type="checkbox"/> ④ 보건소 안내문을 통해 <input type="checkbox"/> ⑤ 주변의 권유								
신장(cm)	체중(kg)			BMI(kg/m ²)					
호기 일산화탄소 농도(ppm)	하루 평균 흡연량(개피)								
처음 흡연연령(세)	총 흡연 기간(년)								
흡수문제	<input type="checkbox"/> ① 있음 CAGE 정 <input type="checkbox"/> ② 없음								
니코틴과 금기증 예부	<input type="checkbox"/> ① 힘들증 <input type="checkbox"/> ② 부정맥 <input type="checkbox"/> ③ 최근 심근경색증 <input type="checkbox"/> ④ 중증 <input type="checkbox"/> ⑤ 장기적인 피부염(진선 등) <input type="checkbox"/> ⑥ 니코틴 알레르기 <input type="checkbox"/> ⑦ 임신 <input type="checkbox"/> ⑧ 수유 중 <input type="checkbox"/> ⑨ 18세 이하								
부프로피온 예부	간질병력 여부: <input type="checkbox"/> ① 있음 <input type="checkbox"/> ② 없음 <input type="checkbox"/> ③ 뇌손상 <input type="checkbox"/> ④ 신경성 식욕부진/복식증								
현재 복용 중인 약물(그 이외)									
니코틴 의존도 판정결과(서식5~2)	점			특이사항					
내부임무처리를 위한 개인정보 활용에 동의합니다.									
성명: <input type="checkbox"/> ☐									

1) 지난 1년 동안 금연 시도 여부? <input type="checkbox"/> ① 예금금연시도 기준 <input type="checkbox"/> ② 아니오																																																																																																																																																																																																																																													
2) 금연금기 금지 지역에서 시도했던 방법은? 대중교통 모두 금지) <input type="checkbox"/> ① 차량 내부 <input type="checkbox"/> ② 금연금지 대중교통, 금연금지 등 <input type="checkbox"/> ③ 금연금지 대중교통, 금연금지 등 <input type="checkbox"/> ④ 금연금지 대중교통, 차량 내부																																																																																																																																																																																																																																													
3) 금연에 친화적인 이유는? <input type="checkbox"/> ① 청진의 차단을 억제 <input type="checkbox"/> ② 개인증상 때문에 <input type="checkbox"/> ③ 다른 사람과 소통하기 <input type="checkbox"/> ④ 주변의 흡연에 의해서 <input type="checkbox"/> ⑤ 금연 후 편안한 것 때문에 <input type="checkbox"/> ⑥ 기타																																																																																																																																																																																																																																													
4) 이번에 담배를 끊고 싶은 이유는 가장 큰 이유부터 고지해 주시하시오 <input type="checkbox"/> ① 두 번째 이유 <input type="checkbox"/> ② 세 번째 이유 <input type="checkbox"/> ③ 철저히 몇 번이나 흡연하지 않게 하려는 노력, 예기증, 흡연병, 즐거움 등 <input type="checkbox"/> ④ 담배 때문에 일어나는 것 같아서, 쉽게 조심하다, 충족감 <input type="checkbox"/> ⑤ 가족들이 흡연자 <input type="checkbox"/> ⑥ 금연구역이나 아니면 흡연하지 않도록 하기 <input type="checkbox"/> ⑦ 예전에 비단과 스티커로 흡연시켜 입암사를 고친 것에 담배 넘기기 때문 <input type="checkbox"/> ⑧ 개인적인 권리와 대상에 차운다																																																																																																																																																																																																																																													
<table border="1"> <tr> <td>1회</td> <td>2회</td> <td>3회</td> <td>4회</td> <td>5회</td> <td>6회</td> <td>7회</td> <td>8회</td> <td>9회</td> <td>10회</td> <td>11회</td> <td>12회</td> </tr> <tr> <td>맞</td> <td>모</td> <td>될</td> </tr> <tr> <td>내</td> <td>통</td> <td>설</td> </tr> <tr> <td colspan="12">흡연양(갑연)</td> </tr> <tr> <td colspan="12">호기 일산화탄소(CO) 혈중</td> </tr> <tr> <td colspan="12">체중(kg)</td> </tr> <tr> <td colspan="12">흡수 평균흡수량(잔)</td> </tr> <tr> <td colspan="12">상태 횟수 / 주</td> </tr> <tr> <td colspan="12">종류</td> </tr> <tr> <td colspan="12">증상 시간</td> </tr> <tr> <td colspan="12">횟수 / 주</td> </tr> <tr> <td colspan="12">니코틴 폐자 사용량</td> </tr> <tr> <td colspan="12">니코틴 폐자 부작용 경험</td> </tr> <tr> <td colspan="12">부프로피온 사용량</td> </tr> <tr> <td colspan="12">부프로피온 부작용 경험</td> </tr> <tr> <td colspan="12">금연여부</td> </tr> <tr> <td colspan="12"> <input type="checkbox"/> ① 예 <input type="checkbox"/> ② 아니오 </td> </tr> <tr> <td colspan="12"> <input type="checkbox"/> ① 예금금연시도 기준 <input type="checkbox"/> ② 아니오 <input type="checkbox"/> ③ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ④ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑤ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑥ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑦ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑧ 예금금연시도 </td> </tr> <tr> <td colspan="12"> <input type="checkbox"/> ① 예 <input type="checkbox"/> ② 아니오 <input type="checkbox"/> ③ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ④ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑤ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑥ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑦ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑧ 예금금연시도 </td> </tr> </table>										1회	2회	3회	4회	5회	6회	7회	8회	9회	10회	11회	12회	맞	모	될	될	될	될	될	될	될	될	될	될	내	통	설	설	설	설	설	설	설	설	설	설	흡연양(갑연)												호기 일산화탄소(CO) 혈중												체중(kg)												흡수 평균흡수량(잔)												상태 횟수 / 주												종류												증상 시간												횟수 / 주												니코틴 폐자 사용량												니코틴 폐자 부작용 경험												부프로피온 사용량												부프로피온 부작용 경험												금연여부												<input type="checkbox"/> ① 예 <input type="checkbox"/> ② 아니오												<input type="checkbox"/> ① 예금금연시도 기준 <input type="checkbox"/> ② 아니오 <input type="checkbox"/> ③ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ④ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑤ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑥ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑦ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑧ 예금금연시도												<input type="checkbox"/> ① 예 <input type="checkbox"/> ② 아니오 <input type="checkbox"/> ③ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ④ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑤ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑥ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑦ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑧ 예금금연시도											
1회	2회	3회	4회	5회	6회	7회	8회	9회	10회	11회	12회																																																																																																																																																																																																																																		
맞	모	될	될	될	될	될	될	될	될	될	될																																																																																																																																																																																																																																		
내	통	설	설	설	설	설	설	설	설	설	설																																																																																																																																																																																																																																		
흡연양(갑연)																																																																																																																																																																																																																																													
호기 일산화탄소(CO) 혈중																																																																																																																																																																																																																																													
체중(kg)																																																																																																																																																																																																																																													
흡수 평균흡수량(잔)																																																																																																																																																																																																																																													
상태 횟수 / 주																																																																																																																																																																																																																																													
종류																																																																																																																																																																																																																																													
증상 시간																																																																																																																																																																																																																																													
횟수 / 주																																																																																																																																																																																																																																													
니코틴 폐자 사용량																																																																																																																																																																																																																																													
니코틴 폐자 부작용 경험																																																																																																																																																																																																																																													
부프로피온 사용량																																																																																																																																																																																																																																													
부프로피온 부작용 경험																																																																																																																																																																																																																																													
금연여부																																																																																																																																																																																																																																													
<input type="checkbox"/> ① 예 <input type="checkbox"/> ② 아니오																																																																																																																																																																																																																																													
<input type="checkbox"/> ① 예금금연시도 기준 <input type="checkbox"/> ② 아니오 <input type="checkbox"/> ③ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ④ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑤ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑥ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑦ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑧ 예금금연시도																																																																																																																																																																																																																																													
<input type="checkbox"/> ① 예 <input type="checkbox"/> ② 아니오 <input type="checkbox"/> ③ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ④ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑤ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑥ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑦ 예금금연시도 <input type="checkbox"/> ⑧ 예금금연시도																																																																																																																																																																																																																																													

니코틴 의존도 평가

항 목		응답 범주	
(1) 하루에 모를 몇 개비나 피우십니까?		<input type="checkbox"/> ① 10개비 이하	<input type="checkbox"/> ② 11~20개비
		<input type="checkbox"/> ③ 21~30개비	<input type="checkbox"/> ④ 31개비 이상
(2) 아침에 일어나서 얼마 안에 첫 담배를 피우십니까?		<input type="checkbox"/> ① 5분 이내	<input type="checkbox"/> ② 6분~30분 사이
		<input type="checkbox"/> ③ 31분~1시간 사이	<input type="checkbox"/> ④ 1시간 이후
(3) 금연구역(도서관, 극장, 병원 등)에서 담배를 참기 어렵습니까?		<input type="checkbox"/> ① 예	<input type="checkbox"/> ② 아니오
(4) 하루 중 담배 맛이 가장 좋은 때는 언제입니다?		<input type="checkbox"/> ① 아침 첫 담배	<input type="checkbox"/> ② 그 외의 담배
(5) 오후와 저녁시간보다 오전 중에 담배를 더 자주 피우십니까?		<input type="checkbox"/> ① 예	<input type="checkbox"/> ② 아니오
(6) 음이 아파 하루 종일 누워있을 때에도 담배를 피우십니까?		<input type="checkbox"/> ① 예	<input type="checkbox"/> ② 아니오
평가방법	10점 만점으로 6개 항목에 대해 표기한 점수를 합산한다.		
판정방법	0~3점 낮음, 4~6점 중등도로 높음, 7~10점 매우 높음.		

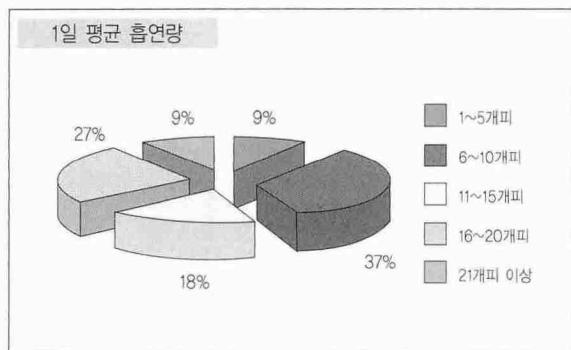
5. 금연 운동 도전자 설문 결과

1) 담배를 끊고 싶은 이유

- ① 장래에 병에 걸리지 않기 위해서
- ② 담배 때문에 몸이 나빠지는 것 같아서
- ③ 깨끗한 이미지를 위해서(예: 입냄새가 고약, 옷에 담배 냄새가 뱉)

2) 평균 흡연량

14.2개피(최고 : 25개피, 최저 : 7개피)

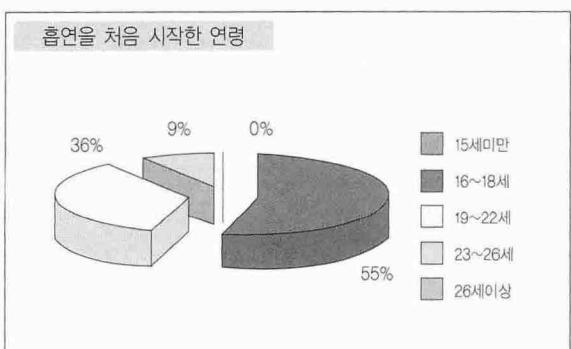


3) 흡연기간

평균 15년(최고 26년, 최저 1년 7개월)

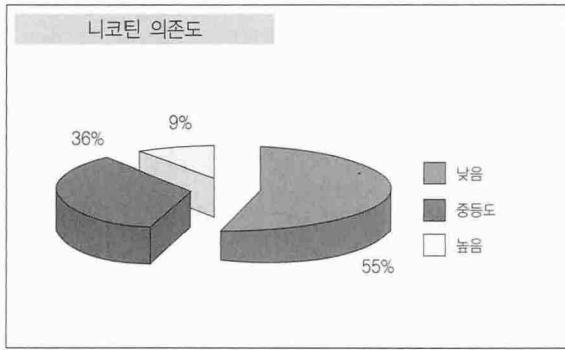
4) 처음 흡연을 처음 시작한 연령

평균 19세(최저연령 : 18세, 최고연령 : 24세)



5) 도전자들의 니코틴 의존도(0~3점 : 낮음, 4~6점 : 중등도, 7~10점 : 매우 높음)

평균 : 3.6점(최고치 : 7점, 최저치 : 1점)



6. 금연 운동 성공자와 실패자 설문 비교

	니코틴 의존도	1일 평균 흡연량	평균 흡연기간
금연 성공자	3.3점	14.1개피	16.6년
금연 실패자	4점	12.4개피	13.1년

금연운동의 결과 성공률 54.5%를 보였습니다. 실패자의 경우 니코틴 의존도가 성공자보다 높은 점수를 보았고 흡연경력이나 흡연량은 오히려 성공자 평균치가 높은 결과를 보였습니다.

7. 금연 운동을 마친후

처음 진행하는 금연 운동이라 미흡하고 아쉬운 점이 많았습니다. 많지 않은 인원으로 시작한 금연운동이었지만 과반수 이상의 성공률을 보여 저와 도전자 모두에게 의미가 있던 프로그램 같습니다.

출장 금연 클리닉을 하는 동안에는 100%에 가까운 성공률을 보였지만 유선으로 상담만 이루어 진후 성공률이 저하된 것으로 보아 사후 관리가 철저하게 되었다면 성공률을 더 높일 수 있지 않았을까 하는 아쉬움이 들었습니다.

내년에는 누구보다도 금연이 절실히 필요한 질병 유소견자를 대상으로 금연 프로그램을 실시할 계획입니다.

올해의 금연 프로그램의 경험을 발판으로 삼아 더 많은 직원이 금연을 성공할 수 있도록 노력하겠습니다.

내년에도 금연클리닉과 함께할 사업장들을 찾고 있다고 합니다.

산업체 인근의 보건소와 협력하여 근로자의 금연에 많은 힘이 되어 주었으면 하는 바람입니다.