

정신건강사회복지론

알코올 중독

2118031 송호석 PPT제작, (자료조사) 2318038 오선우 자료조사 2318060 조승아 발표, (자료조사)

목차

01

알코올 중독 심각성

원인
증상
합병증

02

알코올 중독 현황

성인
청소년

03

정책 및 서비스

예방 정책

04

정책 및 서비스 부족한 점

WHO의 알코올 정책 종합 지표

05

외국의 알코올 중독 정책 및 서비스

미국
일본
호주

06

정책 및 서비스 개선방안

알코올 중독 원인

유전적인 원인

가족 중 알코올 중독자가 있으면 본인의 알코올 중독 위험이 2~4배 높다

쌍둥이 연구에서 일란성 쌍둥이가 이란성 쌍둥이보다 알코올 중독이 함께 나타날 확률이 더 높다

생물학적 원인

도파민 반응이 낮은 유전형은 보상감을 느끼기 위해 알코올을 더 많이 마셔 중독 위험이 높다

만성 알코올 사용은 전두엽 기능 저하를 유발해 자기조절력과 판단력 감소시킨다

심리적인 원인

부정적인 감정을 조절하지 못하는 사람들은 술을 감정을 잠재우는 도구로 사용하게 되며 반복될수록 뇌는 스트레스를 받을 때마다 알코올을 찾도록 학습한다

무가치함이나 열등감을 잊기 위해 술을 찾는 사람들은 일시적인 자신감을 얻지만 결국 자기혐오와 중독에 빠질 수 있습니다.

사회문화적 원인

특정 사회나 집단에서는 음주가 친밀감 형성, 스트레스 해소, 소속감의 표현 수단으로 작용한다

가족 해체, 빈곤, 실업, 고립 등으로 인해 정서적·사회적지지이 부족한 경우, 외로움이나 무기력감을 해소하기 위해 술을 선택하는 경향이 높다

01

알코올 중독 증상

내성

반복된 음주로 인해 알코올에 대한 신체 적응이 생기며
점점 더 많은 양을 마셔야 취하는 현상
금단과 함께 중독성 질환의 신체적 의존을 나타내는 주요 증상

금단

중독 물질을 끊었을 때 나타나는 불안, 초조, 갈망 등
다양한 신체적, 정신적 증상군을 말함
알코올 금단은 중단 후 수시간 내 시작되어 며칠간 악화되며 심할 경우
경련이나 섬망 등 생명을 위협하는 증상도 발생함

집착

술을 계속 마시기 위해 중요한 사회적 및 직업적인 기능이 줄어들고 취미 생활도
포기하며 술을 구하는데 많은 시간을 할애하고 술을 마시기 위해서라면 자신이 해
야 할 일을 뒤로 미루고 책임을 다하지 않는 상태

강박적 사용

알코올 중독자는 문제와 후유증이 있음에도 의지로 음주를 중단하지 못하고
계속 술을 마심
직장 결근이나 가족 불화와 같은 부정적 결과가 있어도 음주 행동을 반복함

알코올 중독 합병증

정신적인 질환

1) 알코올 중독자들은 잠을 잘 자지 못한다

술은 잠들게는 도와주지만 깊은 잠을 방해하며 계속 술에 의존하면 술 없이는 잠들기 어려운 상태에 이르게 된다.

2) 알코올 중독자들 중에는 우울증이나 불안장애를 앓는 사람이 많다

술은 우울과 불안을 일시적으로 완화하는 듯하지만 결국 증상을 악화시키고 알코올 중독으로 이어질 수 있다. 이는 삶을 망가뜨리고 대인관계, 충동 조절, 자살 위험까지 심각한 문제를 초래한다.

3) 알코올성 치매가 걸린다

블랙아웃은 알코올성 치매의 초기 증상으로 반복되면 뇌 손상과 치매로 이어질 수 있다. 알코올 중독자는 비타민 부족 등 영양 결핍이 많아 치매 위험을 더욱 높인다.

신체적인 질환

1) 알코올과 간질환

알코올성간염 : 지방간이 심해지면 발병

알코올성간경변 : 간경화

2) 알코올과 심혈관계 질환

과음은 심장 질환, 동맥경화, 고혈압 등의 위험을 증가시킨다. 알코올은 심장 근육을 손상시켜 심각한 질환을 유발할 수 있다.

3) 알코올과 췌장질환

과음은 췌장 손상과 염증을 일으켜 만성 췌장염과 당뇨병 위험을 높인다.

4) 알코올과 위장질환

알코올은 구강과 식도 점막에 염증을 일으켜 암 위험을 높이며 과도한 음주는 식도염, 위염, 위궤양 등을 유발한다. 또한 소화 기능을 방해해 영양 흡수에 문제를 일으킬 수 있다

알코올 중독 현황(성인)

그림1 지표 안내

- * 출처: 2021년 정신건강실태조사(2021, 보건복지부 국립정신건강센터)
- * 조사 대상: 만 18세 이상 ~ 만 79세 이하, 총 5,511명(가구당 1명)
- * 조사 도구: 정신장애 진단도구인 '한국어판 Composite International Diagnostic Interview'(K-CIDI 2.1버전)(2002, 조맹제, 함봉진, 서동우, 김장규, 이동우, 조성진)
- * 알코올 사용장애: 일반적으로 사회에서 허용되는 영양적 또는 사회적 용도 이상을 술을 많이, 지속적으로 마셔서 금단증상(장기간 다량 음주하다 금주 및 절주 후에 발생하는 신체증상), 내성(예전과 동일한 양을 마셔도 효과가 떨어져 음주량을 늘림), 갈망감(음주에 대한 강한 욕구)을 포함한 신체적, 행동적 증상이 발생하고 이로 인해 신체적·정신적·사회적인 기능을 해치는 만성적 행동장애
- * 알코올 사용장애 1년 유병률: 지난 1년동안 알코올 사용장애를 한 번 이상 경험한 적 있는 비율
- * 알코올 사용장애 평생 유병률: 평생동안 알코올 사용장애를 한 번 이상 경험한 적 있는 비율

1 || 그림 1 알코올 사용장애 유병률(1년, 평생)

2021년 보건복지부 성인대상
정신건강 실태조사

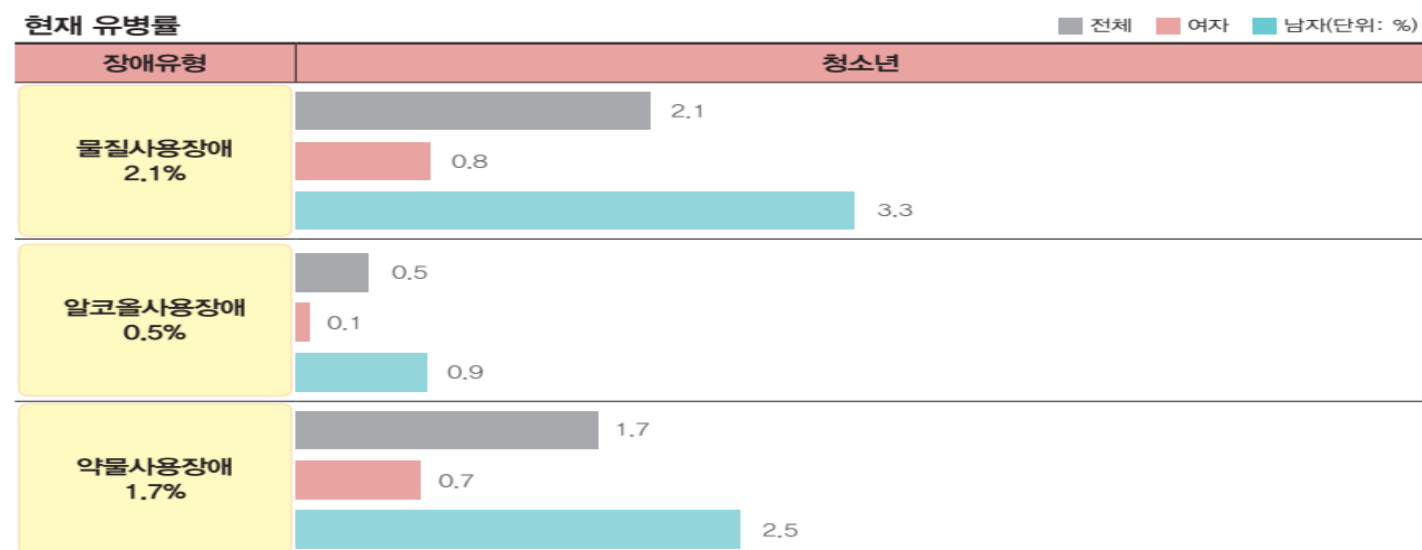
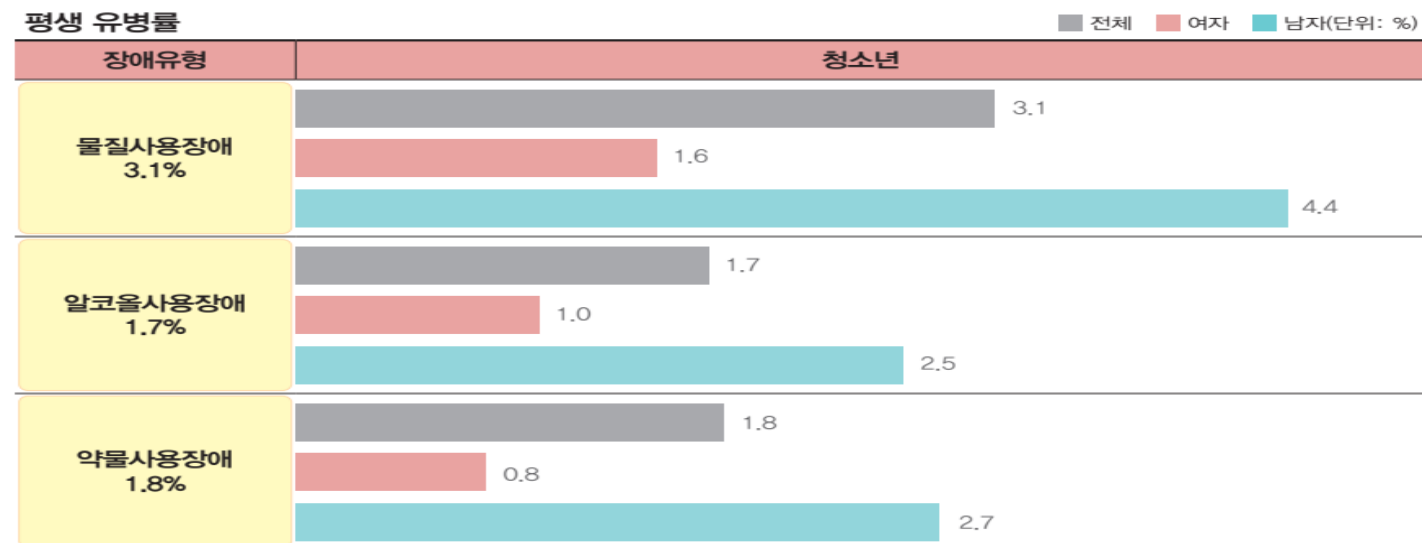
5,511명 대상 알코올 장애 **평생 유병률**
전체 11.6% 남성 17.6% 여성 5.4%

5,511명 대상 알코올 장애 **1년 유병률**
전체 2.6% 남성 3.4% 여성 1.8%

알코올 중독 현황(청소년)

2 청소년

1 || 그림 5 (청소년) 물질사용장애 유병률



2022년 복건복지부 청소년대상
정신건강 실태조사
청소년 알코올 장애 **평생 유병률**
전체 0.5% 남성 0.9% 여성 0.1%

청소년 알코올 장애 **현재 유병률**
전체 0.5% 남성 0.9% 여성 0.1%

알코올 중독 예방 정책

- ／ 국민건강증진법상 국민의 건강증진과 관련하여 제8조(금연 및 절주운동)에 알코올 사업 근거가 명시
- ／ 청소년 보호법에 의거 청소년에게 주류를 유해약물로 규제하여 판매, 대여, 배포를 금지
- ／ 학교보건법에 의거 학교 장은 약물남용예방 등을 위해 필요한 지도와 치료 및 예방적 조치를 시행
- ／ 산업안전보건법에 사업주가 금주를 포함한 건강증진운동 계획을 수립하고 시행

심리사회적 치료

- 동기증진면담
- 인지행동치료
- 12단계 촉진치료

센터 프로그램

- 중독 위험군 대상 조기 발견 및 단기 상담(SBIRT) 제공
- 중독질환자 등록 및 지속적 사례관리

외래치료

- 약물치료와 병원에서 진행하는 외래집단치료 및 의사면담을 통해서 지속적은 관리

AA모임

- 알코올중독자들이 스스로 문제를 해결하기 위한 자조모임
- 세계적으로 진행되고 있으며, 오래된 역사를 통하여 구조화된 치료 프로그램으로 전국에 개설

WHO 알코올 정책 종합 지표를 통한 우리나라 알코올 정책의 문제점

이행수준 우수(80점 이상)

내용	점수	설명
리더십, 인식과 이행	91.3점	정부의 강력한 정책 추진, 국민 인식 제고, 부처 간 협력
모니터링 및 감시체계	100점	국가 차원의 체계적인 데이터 수집 및 주류 소비 감시

이행수준 보통(60~79점)

내용	점수	설명
음주운전 정책	77.27점	단속 강화는 긍정적이나, 청년 대상 교육 부족
가격정책	65.71점	세금 정책은 존재하나, 추가 조치 필요
폐해 감소 정책	62.5점	건강 경고는 잘 되어 있으나, 판매점 교육 부족

이행수준 미흡(60점 미만)

내용	점수	설명
마케팅 규제	56.25점	청소년 대상 광고 규제 미흡
주류 이용 가능성 제한	51.06점	판매 시간·장소제한 부족
지역사회 개입	47.06점	지역 예방 프로그램 미비
조기 개입 및 치료 접근성	30점	중독 치료 서비스 접근성 부족

미국의 알코올 중독 정책 및 서비스

SAMHSA (약물남용 및 정신건강청)

- 미국 정부의 주요 중독 관련 기관으로, 중독 예방, 치료, 재활, 연구 등에 대한 정책 및 프로그램을 개발하고 지원

NIAAA (국립 알코올 남용 및 중독연구소)

- 알코올 중독에 대한 연구를 수행하며, 알코올 관련 문제 해결을 위한 지식과 정보를 제공

ACA (건강보험법)

- 중독 치료 및 재활 서비스를 건강보험 혜택으로 포함시켜 더 많은 사람들이 치료를 받을 수 있도록 지원

커뮤니티 기반 서비스

- 지역 사회 내에서 중독 예방 및 치료 서비스를 제공하여 접근성을 높이고 지속적인 지원을 제공

일본의 알코올 중독 정책 및 서비스

알코올 건강장애 대책 기본법 제정

- 알코올 중독은 질병이며, 국가가 예방·치료할의무가 있음을 명시
- 가족 지원과 사회복귀 지원까지 포함한 포괄적 접근 지향

의료기관 내 전문치료 체계 강화

- 정신과 병원 중심의 중독 전문 클리닉 확대

직장 내 절주 프로그램 운영

- 기업 단위로 알코올 교육 및 절주 권장 캠페인

알코올 자조 모임 (A.A 등) 활성화

- AA : 12단계 회복 중심, 전국적으로 활동
- DARC: 회복자 중심의 생활 공동체, 일상훈련·작업·회복지원 제공

호주의 알코올 중독 정책 및 서비스

국가 알코올 전략 (2019-2028)

- 정부 주도 장기 계획으로, 알코올로 인한 해악(신체, 정신, 사회적 피해) 감소 목표
- 정신건강 및 중독 문제를 **공공 보건의 핵심 영역**으로 규정

정신건강 서비스와 중독 치료 통합

- 정신건강 클리닉, 응급실, 지역 보건소에서 중독 문제 함께 다룸
- 알코올 문제는 단순한 중독이 아니라 **정신건강, 가정폭력, 자살 등과 연결된** 문제로 인식
- 공공 정신건강 서비스 내에 **알코올 전문 치료팀** 배치

지역사회 중심의 개입 프로그램

- 지방 정부 중심으로 절주 캠페인 예방교육 실시
- 지역 주민, 자원봉사자, 회복자 등이 함께하는 **커뮤니티 기반 회복 네트워크** 운영
- 원주민 대상 **문화적으로 적절한 중독 대응 서비스** 별도 제공
→ **건강 형평성 중시**

청소년 대상 예방 프로그램

- 학교 및 청소년 커뮤니티 센터에서 조기 중재 프로그램 운영
- 위기 청소년, 노숙인, 정신장애인 대상 **맞춤형 사례관리** 지원

정책 및 서비스 개선방안

직장 내 알코올 예방 프로그램

직원 참여형 개입 → 수용성·효과성 ↑

의료비 절감 및 생산성 향상

예방 중심의 지역사회 기반 프로그램 강화

학교, 직장, 지역사회 내 예방교육
확대

고위험군 조기발견 시스템 도입

정신건강복지센터의 기능 확대 및 연계 강화

중독 상담 및 치료 서비스 통합 제공

중독관리통합지원센터와
연계 체계화

회복 중심의 맞춤형 사례관리 강화

개별화된 사례관리자 배정

동료지원가(회복자)의 적극적 참여

http://djsaddiction.or.kr/html/sub03_1.html

https://academic.naver.com/article.naver?doc_id=176678671

https://www.youtube.com/watch?v=6U_RbNj0AzA

http://www.dsracc.or.kr/wp_2ds/07_01.html

<https://seoulmentalhealth.kr/library/paper-collections/522>

김용석, 김은서, 안요셉, 백지연, 박신영, 고현빈 and 김동주. (2024). WHO 알코올 정책 종합 지표를 활용한 국내 알코올 정책 평가. 보건사회연구, 44(3), 72-98.