

Fairfax 카운티 청소년의 약물 사용 동향

다음에 대한 인식 및 이해를 향상:

- 청소년의 약물 사용 동향/추세
- 약물 사용과 관련된 위험 요소들
- 오피오이드 (마약성 진통제) 및 오피오이드와 관련된 위험
- 약물 사용 및 과다 복용의 징후
- 사용 가능한 예방 및 치료 자원들과 이러한 자원들을 이용하는 방법

진행자: Stefan Mascoll, Fairfax 카운티 공립학교 (FCPS)의 학생 안전 및 건강관리
코디네이터

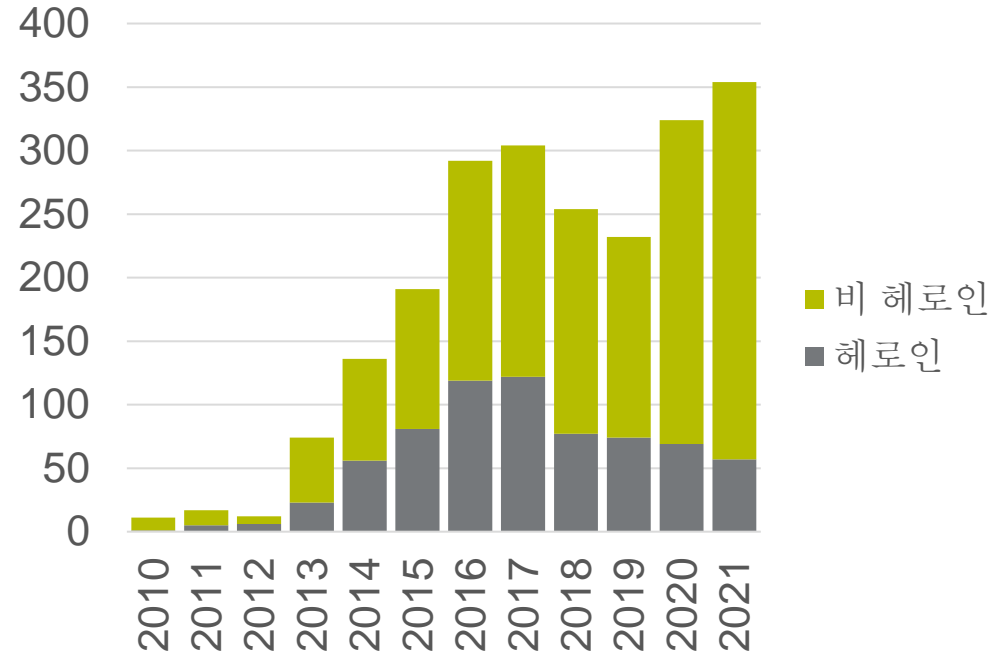
토론자:

- Fairfax 보건국 – Adam Allston/René Najera
- Fairfax 카운티 경찰국 (FCPD) – Anne Rizza
- FCPS – Stephanie Beguin-Howard/Kelly Rankin
- Fairfax-Falls Church 지역사회 서비스 위원회 (CSB) – David Edelman/Birgit Snellenburg 및 Marla Zometsky
- Fairfax 카운티의 이웃 및 지역사회 서비스부 (NCS) – Jesse Ellis

전국적 확산이 지역에 끼치는 영향

- 2017년과 2019년 사이에 관찰된 Fairfax 건강 관할 지역 (Fairfax 카운티, Fairfax 시 및 Falls Church 시)에서 치명적 및 비치명적 오피오이드 과다 복용의 감소는 2020년 이후에는 계속되지 않았음
- 전국 및 주의 데이터와 유사하게 치명적 및 비치명적 오피오이드 과다 복용에 대한 지역의 데이터는 2020년에 비해 2021년에 더 높은 추세를 보였음
- 모든 연령대의 사람들이 오피오이드의 만연으로 인한 영향을 받고 있으나, 최근 몇 년 동안 Fairfax 건강 관할 지역의 18-34세 그룹 사람들의 치명적 및 비치명적 과다 복용 비율이 가장 높음

오피오이드 유형별 오피오이드 과다 복용으로 인한 Fairfax 건강 관할 지역의 응급실 방문 횟수, 2010년 - 2021년



청소년의 과다 복용

- Fairfax 카운티, Fairfax 시, Falls Church 시의 응급실 및 응급 치료 센터에서 12-17세 청소년들의 과다 복용에 대한 데이터
- 오피오이드 과다 복용 건수는 2016년에 5건에서 2019년에 0건으로 감소한 후, 2021년에는 11건으로 증가
 - 2022년 3월 21일 현재 6건
- 펜타닐 (Fentanyl: 진통제)은 모든 연령대 그룹에서 가장 많이 과다 복용을 한 오피오이드로 확인됨



비 오피오이드 과다 복용에는 알코올, THC (테트라하이드로칸나비놀), 처방약 등과 같은 약물이 포함됨.

- **2021년: 271** 건의 비치명적 과다 복용 수사
 - 거의 50%가 이전의 과다 복용 경험자
 - 18세 미만의 연루가 9건
- **2022년 (2022년 3월 20일 현재): 49** 건의 비치명적 과다 복용 수사
 - 18세 미만의 연루가 7건
- **2021년: 89** 건의 치명적 과다 복용 수사
 - 18세 미만의 연루가 1건
- **2022년 (2022년 3월 20일 현재): 17** 건의 치명적 과다 복용 수사

- 위조 처방약 (Percocet (퍼코셋)/Xanax(자낙스))에서 펜타닐 성분이 상당히 증가함
- 마약 단속국 (DEA) 실험실 검사는 펜타닐 성분이 있는 알약 10개 가운데 4개에 치사량이 포함되어 있음을 밝힘 (dea.gov)
- 펜타닐은 코카인, MDMA (환각제), 헤로인과 같은 불법 마약의 일반적인 대용품 또는 희석제임

펜타닐이 그렇게 위험한 이유는 무엇인가요?



펜타닐은 모르핀과 유사한 강력한 합성 오피오이드 진통제이지만 **80-100배** 더 강력함. 다른 약물에 펜타닐이 섞여 효능이 증가하는 경우도 있었음.

출처: 마약 단속국 (DEA)

주시해야 할 사항



Authentic Percocet



Counterfeit Percocet



Authentic Xanax

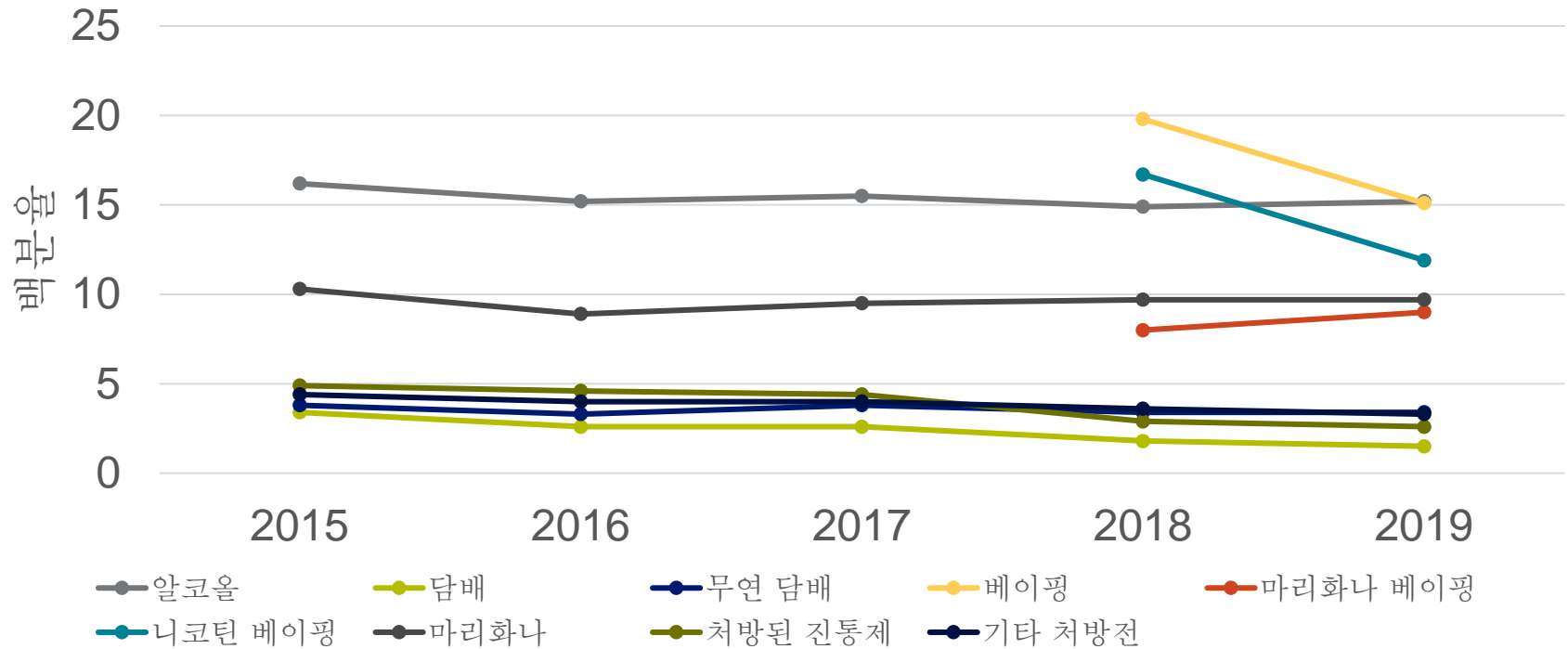


Counterfeit Xanax

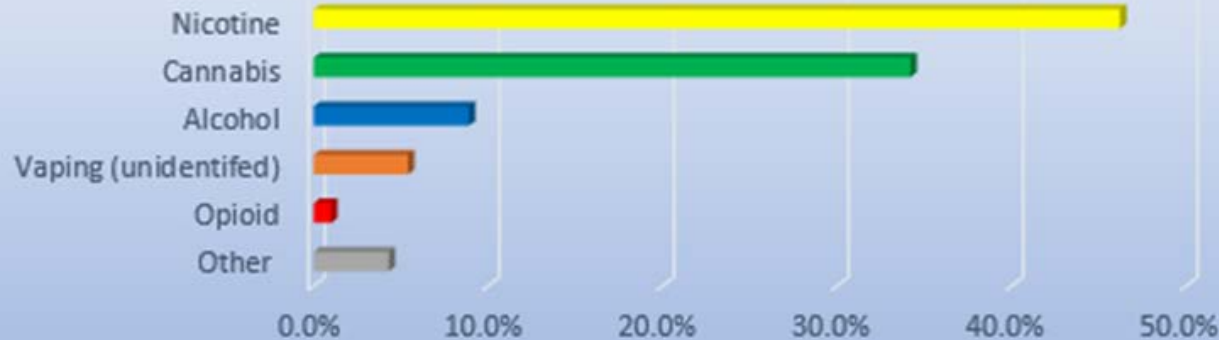
- 보호자들이 청소년 휴대 및 소재/행방을 점검하도록 권장함
- 보호자들이 전자 기기 및 소셜 미디어를 통한 메시지들을 정기적으로 검토하도록 촉구함
- 과다 복용 사건 이후, 법 집행의 주요 목적은 공급원을 파악하고
검거하는 것임
- 피해자/보호자의 협조는 공급원을 추적하는 데 매우 중요하지만 더
중요한 것은 피해자가 이용할 수 있는 추가의 약물을 찾고 압수하는
것임

자가 보고된 약물 사용

2019년 Fairfax 카운티 청소년 설문조사에서 지난 달에 약물을 사용하였다고 보고한 FCPS의 8학년, 10학년, 12학년 학생들의 백분율



Top Substances of Concern at Time of Referral to FCPS SAP Program *Sept 2021 - Feb 2022*



	Nicotine	Cannabis	Alcohol	Vaping (unidentified)	Opioid	Other
Substance	46.2%	34.2%	8.9%	5.4%	1.0%	4.3%

참조 사항:

“기타” 약물에는 벤조디아제핀 (향정신성의약품), 기타 비오피오이드 알약/약 (처방 및 비처방), 코카인/크랙, 흡입물, 환각제, 등이 포함됨.

FCPS의 약물 남용 예방 전문가(SAPS)가 더 정확한 과거/현재 사용 정보를 수집한 결과 (관계 형성 및 지속적인 상담 시간을 통해), 오피오이드 사용의 비율은 의뢰 시 보고된 것보다 약간 더 높다는 것을 발견함.

청소년이 약물을 사용하는 이유



청소년이 약물/마약을 사용하는 이유

- 어울리기 위해: 또래의 압력이나 또래의 사용에 대한 인식
- 기분이 좋기 위해: 기쁘고 행복감/희열을 느낌
- 기분을 나아지게 하기 위해: 정신적 외상, 정신적, 정서적, 육체적 고통 또는 스트레스를 다룸
- 더 잘하기 위해: 신체적 또는 인지적 수행 향상
- 실험해 보기 위해: 새로운 경험 및 지루함에 대처
- 중독 및 의존: 내성 증가, 만성 약물 추구, 금단과 관련된 이상 증상

- 많은 미국인이 어떤 식으로든 중독의 영향을 받음.
- 중독은 인종, 종교, 민족 또는 사회경제적 지위와 상관없이 누구에게나 일어날 수 있음.
- 중독으로 고통받는 모든 사람은 먼저 술, 알약 또는 담배 제품으로 시작하였음.
- 중독의 단계에 대해 스스로 배우거나 약물 남용 예방 전문가 (SAPS)에게 문의하기 바람.

학부모/보호자를 위한 조언:

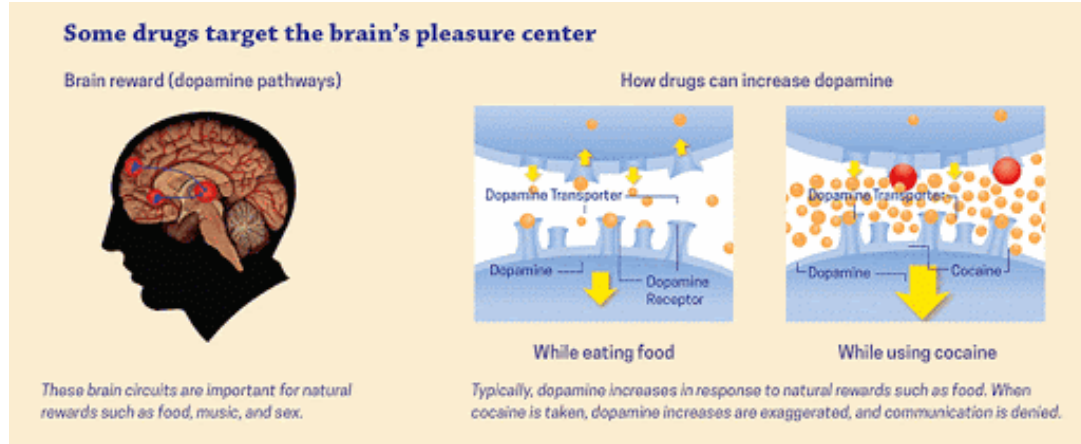
자녀에게 약물이나 알코올에 대한 생각을 심어준다는 두려움 때문에 약물 및 알코올에 대해 이야기하는 것을 꺼려하지 않기 바람. 약물 사용에 대한 여러분의 생각가치관을 자녀가 이해하도록 하기 바람. 약물 및 알코올 사용이 잘못된 것이라는 메시지를 전달하는 학부모의 자녀들은 통계적으로 이러한 것들을 사용할 가능성이 낮음.



중독이란 무엇인가요?

- 뇌 질환
- 중독의 특징은 다음과 같음:
 - 일관되게 지속적인 자제가 불가능;
 - 행동 조절 장애;
 - 갈망 또는 약물이나 만족감을 주는 경험에 대한 “굶주림” 증가;
 - 자신의 행동 및 대인 관계에서 심각한 문제에 대한 인식 감소; 그리고
 - 제대로 기능을 못하는 감정적 반응.

출처: 2016 미국 중독 의학회



- 십대들의 도파민 (Dopamine: 뇌에서 분비되는 신경전달 물질) 수치는 낮기 때문에 십대들은 지루함을 느끼고 약물에 의해 전달되는 잘못된 도파민의 급증에 쉽게 영향을 받음
- 십대에 뇌의 보상체계는 고도로 발달되어 있지만 전두엽 피질은 그렇지 않음
- 위험을 감수하고 오직 자신의 결정/행동의 긍정적인 부분에만 주의를 기울일 가능성이 높음
- 도파민은 침착하고 통제된 느낌을 줌
- 청소년기 동안 뇌의 주요 변화. 전지 작업, 새로운 신경 연결망 형성, 수초/미엘린 (신경 섬유의 축색을 감싸는 피막).

출처: 국립 약물 남용 연구소 및 Dan Siegel의 저서 '십대의 뇌', 2014

오피오이드란 무엇인가요?



오피오이드란 무엇인가요?

오피오이드는 천연, 합성 및 반합성을 포함하여 아편계 약물의 전체 과에 사용되는 용어임.

이러한 약물들은 화학적으로 관련되어 있으며 신체 및 뇌의 신경 세포에 있는 오피오이드 수용체와 상호 작용함.

오피오이드 약물은 다음과 같음:

- 헤로인
- 부프레노르핀
- 코데인
- 펜타닐
- ไฮ드로코돈
- 퍼코셋 = 옥시코돈 + 아세트아미노펜
- 하이드로모르폰
- 메페리딘
- 메타돈
- 모르핀
- 옥시코돈

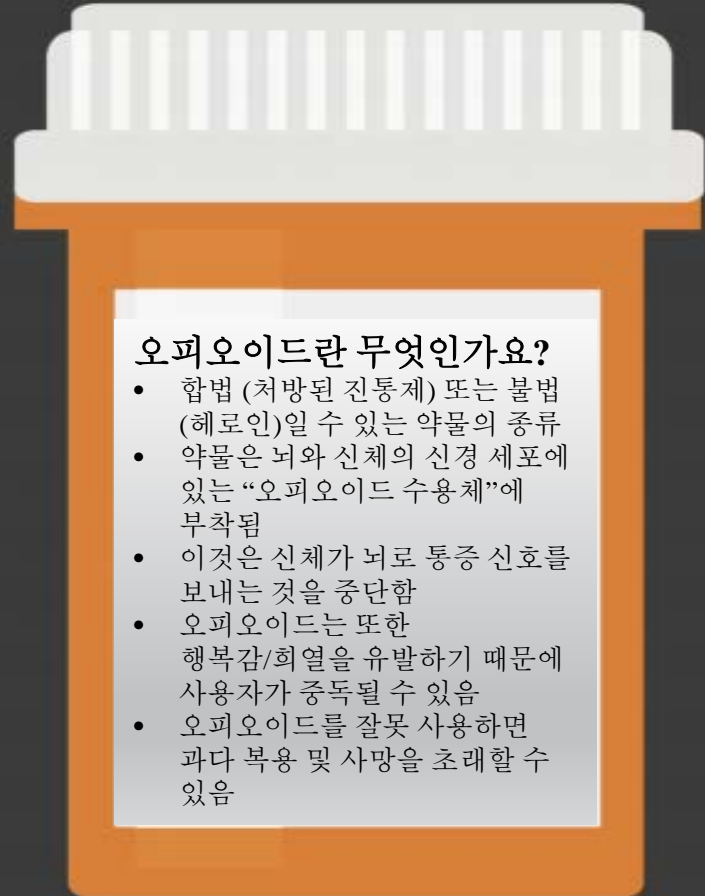


알림: 알프라졸람 (“자낙스”)은 실제로 벤조디아제핀이나 일반적으로 오피오이드로 오인됨.

출처: opioidtaskforcewc.org

오피오이드란 무엇인가요? (계속됨)

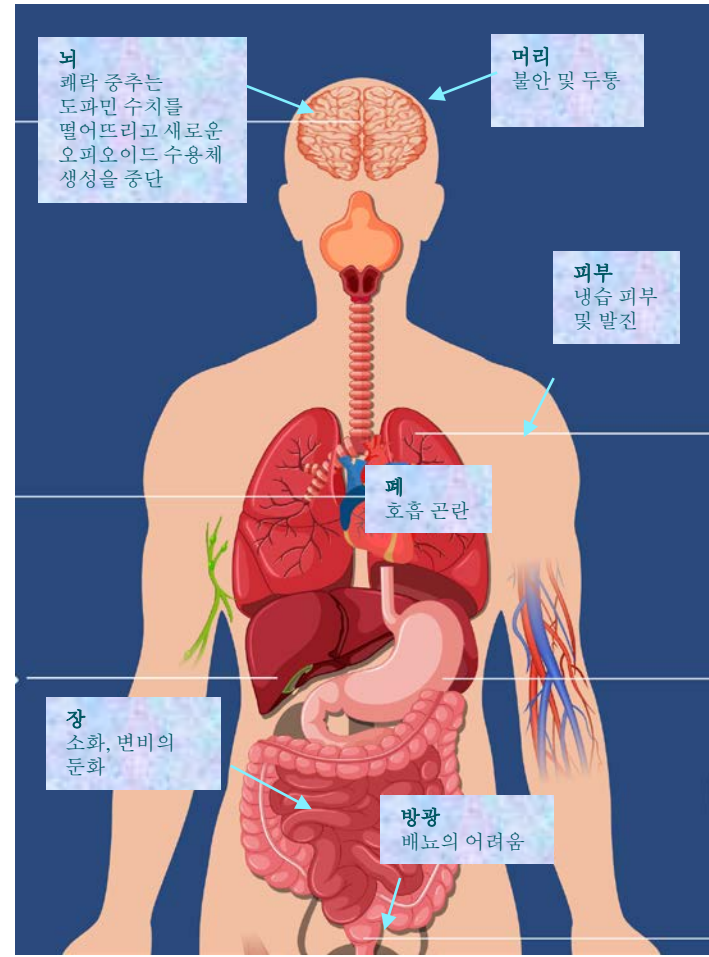
- 오피오이드는 중독성이 매우 강함
- 오피오이드는 사람들의 통증 관리를 돕기 위해 매일 사용되는 필수 진통제임
- 오피오이드는 거리에서 판매되는 불법 약물일 수도 있음
- 오피오이드는 미국 및 버지니아주에서 약물 과다 복용의 대부분을 차지함
- 의사가 처방한 오피오이드는 남용될 수 있으며 중독으로 이어질 수 있음 (예: 운동 부상 등등)
- 어느 누구나 오피오이드에 중독될 수 있음



오피오이드 사용의 부작용

- 통증에 대한 민감성 증가
- 불안 및 우울증
- 호흡이 느려짐
- 심각한 변비
- 배뇨가 어려움
- 면역력 감소
- 장기부전

NIDA, CDC



이미지 출처:
FCPS SAP
프로그램

오피오이드 과다 복용은 어떤 징후를 보이나요?

징후 인식



응답하지 않음

움직이지 않고 깨어나지 못함



느리거나 숨을 쉬지 않음

5초 간격으로 호흡하는 것이
정상



소리를 냄

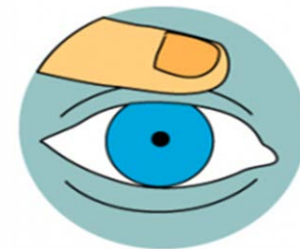
숨 막히는 소리, 꼬르륵 소리
또는 코고는 소리



파란색 입술 및 손톱

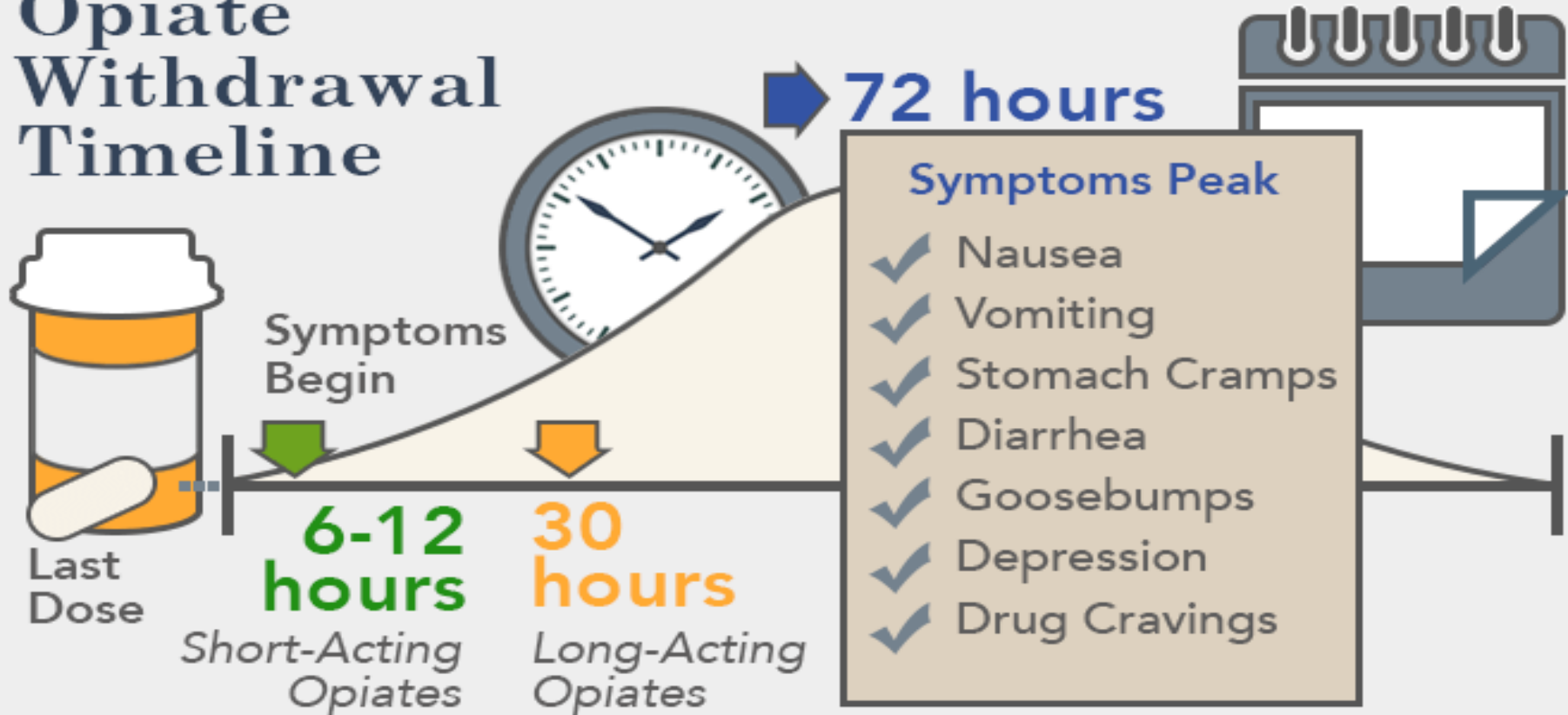


몸이 차갑거나 냉습 피부



작은 동공

Opiate Withdrawal Timeline



학부모는 무엇을 할 수 있나요?



- 접촉 및 대화를 피함
- 여러분이 모르는 새로운 친구들
- 감정 기복, 과민성, 분노 표출 증가
- 식사 및 수면 형태의 변화
- 돈 또는 처방전 분실
- 외모의 변화
- 취미 또는 운동에 대한 흥미 상실
- 거짓말 (특히 누가, 무엇을, 어디서에 대한)
- 친구들과의 은밀한 대화



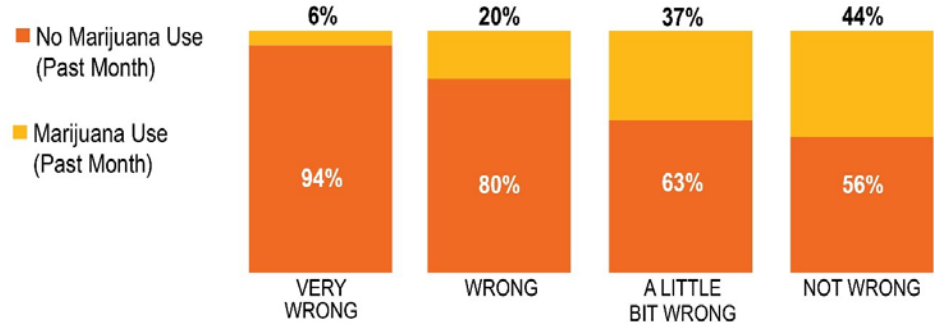


- 학교를 빠짐 (수업 또는 온종일)
- 정학
- 낙제 성적
- 학업/과업이 뒤처짐
- 동기 부족, 무관심
- 수업 중 과도한 수면 (특히 점심 식사 후)
- 규칙 위반, 지속적인 징계 문제
- 부정행위
- 절도행위
- 약물 사용에 대해 자유롭게 이야기함
- 일상의 불규칙한 행동 변화

약물에 대해 여러분의 십대와 대화하기

- 사랑으로 자녀에게 접근하기.
- 약물 사용 이유에 대해 이야기하기.
- 십대 자녀에 대한 명확한 가족의 규칙 및 기대치를 전달하기.
- 긍정적인 활동에 참여시키기.
- 치료를 받거나 다른 유형의 도움을 받을 수 있도록 돕기.
- 좋은 롤 모델이 되기.

What Parents Think Matters





**THREE to
SUCCEED**

The Factors That Matter

- 학부모/보호자의 감독
- 약물 및 약물 사용에 대한 가족의 규칙/기대 사항에 대해 자녀와 이야기하기
- 십대들이 운동/활동/클럽/취미에 참여하도록 하기
- 긍정적인 롤 모델이 되기
- 정신적 외상, 슬픔, 가족 중독, 정신 건강 문제 등에 대한 아동/가족 치료를 받기
- 신체적, 정서적 및 정신적 건강을 관리하기



예방 전략

- 통증 관리에 대해 의사와 상의하고 불필요한 오피오이드 사용을 피하기; 대안에 대해 질문하기
- 처방된 것보다 더 많은 양이나 더 자주 오피오이드를 절대 복용하지 않기
- 처방받은 오피오이드를 절대 판매하거나 공유하지 않기
- 자녀의 처방약 사용을 항상 점검하기
- 남은 약품을 폐기하고 처방전이나 기타 일반적으로 남용되는 약물 및 알코올을 안전한 곳에 보관하기 (약품 잠금 상자 및 약물 폐기 키트에 대해 자녀 학교의 약물 남용 예방 전문가에게 문의하거나 지역의 지역사회 서비스 위원회 (CSB)를 방문하기 바람: <http://bit.ly/med-lock-box>)
- 오피오이드 과다 복용을 인식하고 해독하는 방법을 배우도록 ‘CSB 회복하기!’ 교육을 받기



더 자세한
정보를 위해
이 QR
코드를
스캔하세요.

더 자세한 정보는 다음을 방문하기 바람: www.KnowRX.org

회복하기!

- ‘회복하기!’ 프로그램은 다음을 교육함:
 - 오피오이드 과다 복용의 징후 및 증세를 인지하는 방법
 - 오피오이드 과다 복용 영향의 잠재적 반대작용을 위한 날록손 (naloxone) 투여 방법
 - 대응할 때 해야 할 일과 하지 않아야 할 일
- 모든 참석자는 날록손을 투여하는 데 필요한 모든 용품이 들어있는 무료의 ‘회복하기!’ 키트를 받게 됨
- Fairfax 카운티 주민들에게 날록손 무료 제공
- 서반어로 진행되는 강좌 제공
- 추가 정보 및 향후 교육 날짜: <http://bit.ly/revive-csb>

REVIVE!

Opioid Overdose and
Naloxone Education

Virtual class 



더 자세한
정보를 위해
이 QR 코드를
스캔하세요.

조기 중재 및 치료 서비스



서비스들:

- ★ 1단계: 모든 학생, 가족, 직원, 지역사회를 위한 교육 및 원조 활동
 - 예방 수업/발표 (강의)
 - 실시간, 웹 세미나, 팟캐스트, 소셜 미디어, 강의실, 지역사회
 - 학생, 학부모, 교사, 지역사회 일원
 - 지역사회 원조 활동
 - 예방 캠페인, 새로운 계획, 소셜 미디어 메시지

- ★ 2단계: 개인 및 그룹을 위한 간략한 중재/상담:
 - 의뢰/추천
 - 징계 및 비 징계
 - 간단한 심사, 교육, 상담

- ★ 3단계: 학생/가족을 외부 자원으로 안내
 - (높은 수준의 관리)
 - CSB 및 기타 지역사회 기관, 민간 기관, 치료 센터와의 협력관계



SCAN ME



<https://bit.ly/3tG5Mw0>

571-423-4270

- 외래환자
 - 개별 치료
 - 가족 치료
 - 그룹 치료
- 당일 치료/부분 입원
- 거주 시설/입원 환자/해독(중독치료)
- 최소 제한적 환경에 친숙한 개념



더 자세한
정보를 위해
이 QR 코드를
스캔하세요.

<https://bit.ly/3LxqofK>

치료 중인 학생 지원

학생이 학교에 있으며 치료 중인 경우

- 학교에서 안전한 장소 찾기
- 약물과 관련되지 않은 활동
- 학부모와의 연락 유지

입원, 거주 시설 또는 일일 치료를 마치고 복귀하는 학생

- 학생의 학교 복귀를 지원하려면, 치료 제공자가 퇴원 계획을 세워야 함
- 서비스에 공백이 없는지 확실히 하기 위해 프로그램에서 퇴실/퇴원하기 전에 SAP 또는 학교 사회복지사에게 연락하기 바람

아동을 위한 건강한 활동

재미있고 안전한 프로그램 찾기

- 안전
- 재미
- 건강한 활동
- 학업적 지원
- 사회-정서적 발달
- 긍정적인 관계
- 훌륭한 롤 모델

이웃 및 지역사회 서비스

프로그램	학년	장소	방과 후	여름
학령 아동 돌봄 (SACC)	유치원-6학년	100곳 이상	✓	✓
지역사회 센터	유치원-12학년	9곳 (곧 3곳이 더 열림!)	✓	✓
십대 센터	7-12학년	12곳	✓	✓
기술 센터	유치원-12학년	14곳	✓	✓
치료적 레크리에이션	유치원-12학년	10곳 이상	✓	✓

- 중학교 방과 후 프로그램
- 공원 당국의 “Parktakes” 프로그램
- 지역사회 운동 프로그램
- 지역사회에서 제공하는 방과 후 프로그램

자원들/서비스에 연결



지역사회 서비스 위원회 (CSB)



생명을 즉각적으로 위협하는 상황인 경우, 911에 전화하기 바람

Fairfax-Falls Church 지역사회 서비스 위원회 (CSB)의 긴급 서비스 (24/7) - 즉각적인 도움이 필요한 정신 질환, 약물 사용 장애 및/또는 발달 장애가 있는 사람들에게 제공됨

703-573-5679 <https://bit.ly/CSB247>

CSB 등록 및 의뢰/추천 - 사무실 차원의 오피오이드 치료를 포함하여 청소년, 성인 및 임산부를 위한 평가 및 의뢰/추천 서비스를 제공함

703-393-8500 <https://bit.ly/CSBentry>

CSB Fairfax 알코올/약물 중독 치료 센터 (24/7) - 약물 및/또는 알코올의 영향에 있는 성인이 안전하게 해독할 수 있도록 도와주는 단기 거주 프로그램

703-502-7000 <https://bit.ly/CSBdetox>

아동들을 위한 지역 위기 대응 서비스 (CR2) (24/7) - 정신 건강 및/또는 약물 사용 위기에 직면한 아동, 청소년 및 성인에게 신속한 대응을 제공함

571-364-7390 www.cr2crisis.com

REACH (24/7) - 발달 장애가 있는 사람들을 위한 위기 안정 서비스

855-897-8278 <https://bit.ly/3Lc6YwX>

CSB 회복하기! - 오피오이드 과다 복용을 인식하고 해독하는 방법을 배움: <http://bit.ly/revive-csb>

안전한 약품 보관/폐기 - 무료의 약품 잠금 상자/약물 폐기 키트를 요청

<http://bit.ly/med-lock-box>

더 자세한 정보를 위해 이 QR 코드를 스캔하세요.



전국 자살 예방 생명의 전화선: 1-800-273-8255

- 재향 군인 – 1번을 누를 것
- 서반어: 1-800-628-9454
- suicidepreventionlifeline.org

위기 상황 문자: 741741로 ‘HOME’이라고 문자 전송

- 훈련된 위기 상담원이 실시간으로 문자를 받고 안전한 온라인 플랫폼을 통해 응답함
- <https://www.crisistextline.org/>

정신과적 재활 서비스 (PRS) 위기 상황 전화선: 703-527-4077 문자: 85511로 ‘CONNECT’라고 문자 전송

- 전화를 건 사람들과 문자 메시지를 보내는 사람들이 정서적 외상, 개인 및 가족의 위기에 더 잘 대처할 수 있도록 문제 해결 기술과 지역사회 자원에 대한 정보를 제공함으로써 자급자족을 촉진할 수 있도록 위기 중재, 자살 예방 및 지원을 제공함
- <https://prsinc.org/crisislink/>

FCPS의 약물 남용 예방 전문가 (SAPS)

- ❖ 학부모/보호자는 자녀 학교의 중앙 사무실 직원에게 전화하거나 자녀의 상담교사에게 연락하여 자녀 학교에 배정된 SAPS에게 연결되도록 요청할 수 있음

또는

- ❖ 학생 안전 및 건강관리 사무처로 연락:

<https://bit.ly/3tG5Mw0>

571-423-4270



추가적의 약물 남용 예방 (SAP) 프로그램 정보:

- ❖ FCPS 자원들

➤ 키워드 검색: ATOD (알코올, 담배 및 기타 약물), SSAW (학생 안전 및 건강관리), Vaping (베이핑)

SCAN ME



추가 자원들



이웃 및 지역사회 서비스부 (NCS)의 예방 프로그램: 약물 사용 및 효과적인 육아법과 같은 주제에 대한 예방 프로그램은 학교/기관의 요청에 따라 제공됨; 이메일: ncs-prevention@fairfaxcounty.gov

아동 정신 연구소: 학부모가 자녀에게 정신 건강 및 대처 기술을 가르치는 데 사용할 수 있는 자원들을 제공함
<https://childmind.org>

청소년 정신 건강에 대한 응급처치: 청소년과 함께 일하는 성인을 위한 자격증 과정
<https://bit.ly/3tEp1pF>

Chris Atwood 재단: 광범위한 약물 사용 서비스를 제공하는 지역 비영리 단체 <https://www.thecaf.org/>

북버지니아 가족 서비스 (NVFS): 청소년 정신 건강 서비스 및 다문화 정신 건강 서비스를 포함한 다양한 프로그램을 제공; 자녀의 FCPS 사회복지사, 상담교사 또는 학부모 연락 담당인을 통해 또는 웹사이트/전화를 통해 NVFS 서비스를 이용할 수 있음
www.nvfs.org

Fairfax 건강한 마음: 행동 건강 필요를 식별하고 치료를 찾는 방법에 대한 정보를 제공함 <https://bit.ly/36OAha0>

Fairfax 카운티의 오피오이드 및 약물 사용을 위한 대책 위원회: 오피오이드의 만연을 해결하기 위한 카운티 차원의 노력 <https://bit.ly/3JJ18Th>

질문이 있으신가요?