

약물: 현명하게 복용하십시오

약물 과다복용 및 이로 인한 사망이 심각한 문제로 떠오르고 있습니다. 약물을 복용하고 있거나 복용 예정이거나, 복용하고 있는 사람을 알고 있다면 약물 사용에 현명해져야 합니다. 약물: 현명하게 복용하십시오

- 복용 계획을 세우고, 불편한 증상이 나타나기 시작할 때는 다른 사람이 **9-1-1**에 전화할 수 있도록 하십시오.
- 소독한 주사기를 사용하고 처음에는 소량을 천천히 투여하십시오.
- 가능한 경우 전문가의 감독하에 약물을 주사하는 서비스를 이용하십시오.
- 알코올이나 다른 물질과 함께 복용하지 마십시오.
- 과다복용의 증상을 숙지하십시오.
- **9-1-1**에 전화해야 하는 응급 상황을 숙지하십시오.
- 날록손 투여가 필요한 상황 및 투여 방법을 숙지하십시오.
- 공공 보건 웹사이트, 경찰서 웹사이트, RCMP 웹사이트와 소셜 미디어를 모니터링하여 건강에 위험을 초래할 수 있는 불량 약품의 유통에 관한 정보를 알아보십시오.

아동, 10대 청소년, 성년이 된 자녀와 약물 복용 및 관련 위험에 대해 진솔한 대화를 나누면 이러한 위험을 줄이고 건강한 행동을 장려할 수 있습니다. 자세한 내용은 [양육 관련 기사](#)를 참조하십시오.

자주 묻는 질문

오피오이드 과다복용이란 무엇인가요?

오피오이드(opioid)는 펜타닐, 모르핀, 헤로인, 메타돈과 옥시코돈을 포함하는 약물 또는 처방 약품입니다. 이러한 약물은 대부분의 경우 통증 완화의 목적으로 처방됩니다. 오피오이드 약물 과다복용은 신체에서 처리할 수 있는 용량보다 많은 양의 오피오이드를 복용하면 발생하는 증상으로, 호흡 조절 능력이 상실되고 의식을 잃을 수 있습니다. 호흡이 느려지면 혈액에 유입되는 산소의 양이 감소하며, 이는 뇌 손상, 심정지와 사망으로 이어질 수 있습니다. 누군가 과다복용 증상을 보이면 즉시 **9-1-1**에 전화하십시오.

BC 주의 오피오이드 과다복용 문제는 심각한 수준인가요?

예. 2016년 1월부터 2016년 9월까지 발생한 불법 약물 과다복용으로 인한 사망 사건은 555건에 달합니다. 이는 2015년 같은 기간 동안 발생한 해당 사망 사건 대비 60.9% 증가한 수치입니다. 이러한 과다복용으로 인한 사망 사건 중 대다수는 펜타닐, 헤로인, 모르핀, 옥시코돈과 같은 오피오이드를 다른 약물이나 알코올과 함께 사용하여 발생한 것으로 보입니다.

2016년 4월 BC 주 지방 보건 감시관은 약물 과다복용 및 사망 사건에 대해 공공 보건 비상 사태를 선포했습니다.

펜타닐에 대해 경각심을 가져야 하는 이유는 무엇인가요?

펜타닐은 다른 오피오이드에 비해 훨씬 더 강력하므로 과다복용 사고의 가능성도 더 높습니다. 펜타닐은 모르핀보다 약 50~100배 더 독성이 강합니다. 최근 몇 년간 불법 실험실에서 생산된 펜타닐이 거리에서 판매된다는 제보가 있었습니다. 일부 경우 이러한 펜타닐은 Oxycontin®, 헤로인이나 다른 약물로 가장하여 판매됩니다. 즉, 사람들은 자신도 모르는 사이에 펜타닐을 복용하여 위험에 처할 수 있습니다.

2016년 1월부터 2016년 8월까지 펜타닐 복용으로 인한 불법 약물 과다복용으로 인한 사망 사건은 302건에 달했습니다. 이는 2015년 같은 기간 동안 발생한 해당 사망 사건 대비 211% 증가한 수치입니다.

오피오이드 과다복용의 증상은 무엇인가요?

오피오이드 과다복용의 초기 증상은 다음과 같습니다.

- 심한 졸음 증상
- 느린 심장 박동
- 호흡 곤란
- 느리고 얇은 호흡 또는 코골이
- 차갑고 축축한 피부
- 걷거나 대화를 나누기가 어려움

누군가 과다복용 증상을 보이면 즉시 **9-1-1**에 전화하십시오.

오피오이드 과다복용을 해독할 수 있나요?

날록손은 오피오이드 과다복용을 해독할 수 있는 약물입니다. 날록손을 팔이나 허벅지 근육에 주사하면 오피오이드 약물의 효과가 빠르게 해독됩니다. 날록손은 느려진 호흡을 3~5분 내에

되돌릴 수 있으나, 효과가 지속되는 시간이 20~90분에 불과합니다. 최초 투약으로 호흡이 정상으로 돌아오지 않으면 한 번 더 투약해야 할 수 있습니다.

날록손 효과가 사라진 후에도 오피오이드가 잔여하는 경우 과다복용이 다시 시작될 수 있습니다. 이 경우 날록손을 재투여해야 합니다. 따라서 **9-1-1**에 전화하여 최대한 빠르게 의료진의 도움을 받아야 하며, 과다복용 증상이 다시 시작되는 경우 날록손을 재투여할 준비를 해야 합니다.

펜타닐 과다복용은 다른 오피오이드에 비해 해독이 훨씬 더 어려우며, 특히 많은 양의 날록손을 투여해야 할 수 있습니다.

날록손은 어디에서 구입할 수 있나요?

2016년 3월부터 BC 주에서는 처방전이 없어도 날록손을 구입할 수 있습니다. 자세한 내용은 [BC 주 약학대학 - BC 주, 처방전 없이도 날록손 구입 허가](#)를 참조하십시오. 날록손에 대해 자세히 알아보려면 [HealthLinkBC File #118 날록손: 오피오이드 과용 치료](#)를 참조하십시오.

캐나다에서도 비강 스프레이 형태의 날록손을 구입할 수 있나요?

2016년 7월 6일, 캐나다 보건부(Health Canada)는 비강 스프레이 형태의 날록손 구입을 허가했습니다. 비강 스프레이 형태의 날록손은 주사 형태의 날록손과 마찬가지로 오피오이드 과다복용 증상을 해독할 수 있습니다. 비강 스프레이 형태의 날록손을 구입하는 방법 및 구입처에 대한 자세한 정보는 향후 몇 주 내에 발표됩니다.

W-18과 카르펜타닐은 무엇인가요?

펜타닐은 즉각적인 여론의 관심을 받았지만, 카르펜타닐이나 W-18과 같은 유사 혼합물 역시 헤로인, 가짜 "옥시" 정제, 코카인 등과 혼합하여 판매되거나 이러한 약물로 둔갑하여 판매되는 매우 유독한 약물입니다. 이러한 약물의 위험성은 펜타닐과 동일하거나 심지어 더 높으므로 불법 소지 약물 사용자는 극도로 주의해야 합니다. 즉, 약국이나 병원과 같이 합법적인 출처가 아닌 다른 곳에서 획득한 약물은 판매자가 소개하거나 인지하고 있는 것과 다른 약물일 수 있다는 사실을 숙지해야 합니다.

참고 사이트

Here to Help

HeretoHelp는 약물 복용 및 정신보건에 관한 정보를 제공하는 단체로, 웹사이트를 통해 경험담, 자조를 위한 참고자료 및 지금 바로 도움을 받는 방법에 관한 정보를 제공합니다.

- [Here to Help](#)

Kelty Mental Health Resource Centre(Kelty 정신보건자원센터)

Kelty Mental Health Resource Centre는 약물 복용과 정신보건에 관한 정보, 자원 및 BC 주 전역의 아동, 청소년과 가족들에게 자조집단을 통한 지원을 제공하는 지역 자원센터입니다.

- [Kelty Mental Health Resource Centre - 약물 복용](#)

Know Your Source

Know Your Source는 펜타닐에 관한 정보, 도움을 받을 수 있는 곳 및 BC 주의 펜타닐에 대해 자주 묻는 질문에 대한 답변을 제공합니다. 자세한 내용은 웹사이트를 참조하십시오.

- [Know Your Source](#)

BC 주의 과다복용 방지 및 대응

약물 과다복용 및 관련 사망 사건은 지난해 BC 주에서 매우 심각한 문제로 대두되었으며, 모든 사람에게 발생할 수 있습니다. 과다복용의 증상, 대처 방법, 과다복용을 방지하는 방법, 리소스 및 답변에 대해 자세히 알아보십시오.

- [BC 주의 과다복용 방지 및 대응](#)

Toward the Heart

Toward the Heart는 BC 주 질병관리본부에서 진행하는 위험 감소 프로그램의 일환입니다. Toward the Heart의 웹사이트에는 날록손, 펜타닐, 약물 및 위해감축 사이트에 대한 정보가 있습니다.

- [Toward the Heart](#)
- [과다복용 발생 시 생존 방법](#)(영어, 프랑스어, 중국어, 편자브어 지원)
- [날록손\(나르칸\) 사용 방법](#)(동영상)
- [나를 깨우는 날록손](#)(동영상)
- [생명을 구하는 날록손](#)(동영상)

주요 서비스

알코올, 약물 정보 및 리퍼럴 서비스

알코올 및 기타 약물 복용에 직간접적으로 영향을 받는 모든 연령을 대상으로 개인, 가족 및 소그룹 상담을 실시하고 있습니다. 24시간 운영되는 BC 주의 알코올, 약물 정보 및 리퍼럴 서비스에 전화하십시오.

- 로어 메인랜드(Lower Mainland): 604-660-9382

- BC 주 전역 무료 전화: 1-800-663-1441

BC 주 정신보건 및 약물 복용 서비스

지역 보건서비스기관(PHSA)의 소속 기관인 BC 주 정신보건 및 약물 복용 서비스(BCMHSUS)는 지역의 아동, 청소년 및 성인을 위한 다양한 약물 복용 및 정신보건 관련 서비스를 제공합니다.

- [BC 주 정신보건 및 약물 복용 서비스](#)
-

과다복용 방지 및 전문가의 감독하에 약물을 투여할 수 있는 곳

과다복용 방지 및 전문가의 감독하에 약물을 투여할 수 있는 곳은 전문 훈련을 받은 직원의 감독하에 불법 약물을 사용할 수 있는 곳입니다. 주변 지역에서 이러한 장소를 찾으려면 [HealthLink BC 서비스 및 자료 디렉터리 찾기](#)에서 '감독하의 약물 복용' 또는 '과다복용 방지'를 검색하거나, 보건당국 웹사이트를 방문하십시오.

- [프레이저 보건부\(Fraser Health\), 전문가의 감독하에 약물을 투여할 수 있는 곳](#)
- [내륙 보건부\(Interior Health\), 전문가의 감독하에 약물을 투여할 수 있는 곳\(이동식\)](#)
- [밴쿠버 섬 보건부\(Island Health\), 과다복용 방지](#)
- [북부 보건부\(Northern Health\), 과다복용 방지](#)
- [밴쿠버 해안보건부\(Vancouver Health\), 전문가의 감독하에 약물을 투여할 수 있는 곳](#)

최근 검토일: 2018년 5월 4일

'약물: 현명하게 복용하십시오' 건강 기사에 제공된 정보는 [BC 주 질병관리본부 - BC 주의 공공보건 비상 사태](#)(2016년 5월 17일자), [BC 주 질병관리본부 - BC 주 오피오이드 과다복용 대응 전략에 관한 권장 사항](#)(2016년 5월 17일자), [Toward the Heart - BC 주의 오피오이드 과다복용 현황: 펜타닐의 대두](#)(2016년 5월 17일자), [Know Your Source - 펜타닐이란?](#)(2016년 5월 17일자), [검시기관\(Coroner Service\) - 2007년 1월 1일~2016년 9월 30일까지 BC 주에서 발생한 불법 약물 과다복용으로 인한 사망 사건 현황](#)(2016년 10월 26일자), [검시기관 - 2012년 1월 1일~2016년 8월 31일까지 발생한 펜타닐 관련 불법 약물 과다복용으로 인한 사망 사건](#)(2016년 10월 26일자)([검시기관 - 통계 보고 참조](#)) 및 [BC 주 정부 - BC 주의 과다복용 관련 인식 - 자주 묻는 질문](#)(2017년 1월 9일자)에서 인용되었습니다.

더 많은 HealthLinkBC File 주제를 찾아보려면 웹사이트 www.HealthLinkBC.ca/healthfiles 또는 관내 보건소를 방문하십시오. BC 주 내에서 비응급 보건 정보 및 조언을 찾아보려면 웹사이트 www.HealthLinkBC.ca를 방문하거나 8-1-1(무료 전화)로 전화하십시오. 청각 장애 관련 지원을 받으려면 7-1-1로 전화하십시오. 요청에 따라 130여 개 언어로의 번역 서비스가 제공됩니다.