



참가자와 과다 복용 위험 평가 및 안전 계획 워크시트 작성하기

과다 복용 위험 평가 및 안전 계획 워크시트

목적

워크시트는 약물을 사용하는 참가자와 함께 사례 관리자, 유해성 감소 전문가, 약물 사용 상담사 및 기타 직원이 참여 도구로 사용하기 위한 것입니다. 이는 참가자로 하여금 자신의 약물 사용 행동을 스스로 정의하고, 과다 복용 위험의 다양한 측면을 검토하고, 이미 참여하고 있는 보호 조치를 확인하고, 과다 복용 위험을 줄일 수 있는 추가 조치를 고려하는 데 도움이 됩니다. 또한 워크시트를 통해 직원은 참가자와의 업무 관계를 심화하고, 긍정적인 목표 설정 과정에 참여하고, 필요시 위탁 서비스를 제공할 수 있습니다.

워크시트는 자율적으로 작성합니다. 참가자는 언제든지 답변을 원하지 않는 질문을 뛰어넘을 수 있습니다. 참가자는 이름, 생년월일, 주소 등 개인 식별이 가능한 정보를 제공하지 말아야 합니다. 워크시트는 기밀로 유지됩니다. 참가자가 제공한 모든 정보는 약물 사용 보고로 인한 처벌로 이어지지 않습니다. 참가자의 정보는 참가자 또는 사례 관리자에 의해 안전하게 보관되어야 합니다. 참가자에게 거주 또는 이용하고 있는 서비스에 영향을 미칠 수 있는 약물 사용 관련 정보 제공을 요청해서는 안 됩니다.

실행 방법

워크시트는 의무적으로 작성해야 하는 것이 **아닙니다**. 워크시트는 참가자와 어느 정도 신뢰나 친밀한 관계가 형성된 상대가 함께 사용하는 것이 이상적입니다. 참가자에게 워크시트에 작성하는 내용은 기밀이며 약물 사용 보고로 인한 처벌로 이어지지 않음을 알리도록 합니다. 약물 사용에 관한 대화를 통해 거주 또는 이용하고 있는 서비스를 상실할 수 있는 모든 참가자와는 워크시트를 사용하지 **마십시오**.

비록 워크시트의 일부가 오피오이드에 중점을 두고 있으나, 이는 과다 복용, 과반응 및 모든 약물과 관련한 부작용의 위험을 평가하고 줄이기 위해 사용될 수 있습니다. 안전 계획은 정기적인 일정에 따라, 또는 참가자의 상황이 바뀌는 경우 주기적으로 다시 논의하고 조정하면 가장 효과적입니다.

해야 할 일과 하면 안 되는 일

해야 할 일	하면 안 되는 일
<ul style="list-style-type: none"> • 유해성 감소 프레임워크 활용하기: 판단은 보류합니다. 참가자의 상황, 건강상의 위험을 줄이기 위한 선택지로는 무엇이 있고 어떤 결정을 내릴 수 있는지를 이해하기 위해 참가자로부터 정보를 이끌어냅니다. 과다 복용의 위험을 줄일 수 있는 긍정적인 변화를 만들기 위해 참가자의 진솔함 정도를 확인합니다. 참가자는 현재 상황과 환경에 따라 자신의 안전 계획을 조정해야 할 수 있습니다. • 기밀을 유지합니다: 사적인 공간 또는 격리된 공간에서 참가자와 대화를 나눕니다. 작성한 워크시트는 향후 상담 세션에서 참고할 수 있도록 참가자의 기밀 차트에 보관합니다. 협력자는 참고를 위해 참가자에게 워크시트 사본을 제공할 수 있으나 이를 안전하고 공개되지 않은 장소에 보관하도록 권장해야 합니다. 	<ul style="list-style-type: none"> • 참가자에게 해야 할 일을 알립니다: 참가자에게 아이디어 브레인스토밍을 하고 싶거나 선택지를 듣고 싶은지 물어봅니다. 참가자에게 지시하거나 가르치지 마십시오. 사람들은 각자 자기 삶의 전문가입니다. • 완벽을 기대하세요: 참가자와의 지속적인 대화를 통해 과다 복용의 위험을 줄이거나 또는 약물 사용 관행의 변화를 시행하는 것과 관련한 어려움을 인식하고 논의하는 데 도움이 될 수 있습니다. 개별화된 과다 복용 안전 계획을 동경의 대상으로 여겨보세요. 사람이 항상 자신의 안전 계획에 포함된 모든 내용을 지킬 수는 없습니다. 참가자가 자신에게 실망하더라도 여러분은 그들에게 실망하지 않았음을 알려주세요.

워크시트의 섹션

워크시트는 과다 복용의 위험에 도움이 되는 다양한 카테고리를 해결하는 섹션으로 구성되어 있습니다. 각 섹션은 약물 사용 관행에 대한 질문을 포함하고 있으며 참가자가 자신의 과다 복용 위험을 줄이기 위한 전략을 작성할 수 있는 영역으로 이어집니다. 워크시트를 작성하기 전에 섹션을 요약하고 참가자에게 가장 중요한 섹션을 파악해 우선순위를 두는 것이 도움이 될 수 있습니다. 워크시트가 너무 길거나 참가자에게 적용되지 않는 섹션이 있는 경우 특정 세션을 건너뛰어도 됩니다.

약물 사용 관행

이 섹션에는 참가자가 사용하는 약물의 종류와 사용 방법을 평가하고 과다 복용의 잠재적 위험 및 참가자가 이를 줄이기 위해 취할 수 있는 조치를 판단하는 데 도움이 됩니다. 남은 섹션은 순서대로 작성할 필요가 없으며 적용 가능성 또는 참가자의 우선순위에 따라 작성할 수 있습니다.

약물 검사 스트립

이 섹션은 약물 검사 스트립이 과다 복용의 위험을 줄이는 단계에 있어 어떻게 도움이 되는지 참가자와 이야기하는 데 도움이 됩니다. 직원은 언제, 그리고 어떻게 펜타닐 및 자일라진 검사 스트립을 사용해야 하는지 설명할 수 있습니다. 참가자가 어디에서 검사 스트립을 받을 수 있는지 궁금해하는 경우, 직원은 참가자에게 주사 서비스 프로그램(syringe service program, SSP), 과다 복용 예방 센터(overdose prevention center, OPC), 펜타닐 검사 스트립 이용 포인트, 오피오이드 과다 복용 예방 프로그램(opioid overdose prevention program, OOPP), MATTERS 네트워크를 소개할 수 있습니다. MATTERS 네트워크에 관한 더 자세한 정보는 mattersnetwork.org 에서 확인하세요.

또한 직원은 NYC 내 일부 SSP 에서 제공하는 현장 진단 약물 확인 서비스를 언급할 수 있습니다. 더 자세한 정보는 nyc.gov/alcoholanddrugs 를 방문하거나 drugchecking@health.nyc.gov 로 이메일을 보내시기 바랍니다.

약물 혼합

이 섹션에서는 참가자가 한 가지 이상의 약물을 사용하고 있는지, 그리고 그것이 과다 복용의 위험을 어떻게 증가시키고 있는지를 평가합니다. 여기에는 다양한 종류의 약물(오피오이드, 각성제, 안정제 등)의 혼합 및 여러 중추 신경계(central nervous system, CNS) 억제제(오피오이드, 알코올, 벤조디아제핀 등)의 사용이 포함됩니다. 잠재적인 논점은 다음과 같습니다:

- 각성제는 심박동수를 높일 수 있습니다.
- CNS 억제제는 호흡과 심박동수를 느리게 할 수 있습니다.
- 다양한 CNS 억제제를 사용하면 호흡과 심박동수를 느리게 하여 치명적인 과다 복용 위험을 증가시킬 수 있습니다.
- 각성제와 CNS 억제제를 혼합(예: 코카인이나 필로폰을 헤로인이나 벤조디아제핀과 혼합)하면 각성제가 산소 필요량을 증가시키며 동시에 억제제가 신체의 산소 흡수력을 느리게 만들어 과다 복용의 위험이 증가할 수 있습니다.
- 알코올과 코카인을 혼합하면 코카에틸렌이 생성되는데 이는 체내에서 두 가지 약물의 효과를 강화하고 심장 손상 위험을 증가시키는 향정신성 대사 산물입니다.

오피오이드 사용 장애의 내성과 의약품

이 섹션에서는 직원이 참가자와 다음을 이야기하게 됩니다:

- 내성 및 내성을 낮추게 되는 시나리오(약물 사용 치료의 종료, 입원 또는 교정 시설 입소 등)
- 내성의 변화가 오피오이드 과다 복용의 위험에 미치는 영향
- 오피오이드 사용 장애(opioid use disorder, OUD) 금단 증상 관리 및 과다 복용 위험 감소에서 의약품이 가지는 역할
 - 메타돈 및 부프레노르핀(부프)는 OUD 치료에 가장 효과적인 의약품이며 과다 복용의 위험을 감소시키는 것으로 입증되었습니다.

نالوكسون

이 섹션은 직원이 참가자와 나알록손 이용 및 나알록손을 주변에 두면 어떻게 치명적인 과다 복용의 위험을 줄일 수 있는지를 이야기하게 됩니다. 참가자가 나알록손을 가지고 있지 않으며 귀하의 조직에서 이를 제공하는 경우, 키트를 참가자에게 제공할 수 있습니다. 귀하의 조직에서 나알록손을 제공하지 않는 경우, nyc.gov/naloxone 을 방문하거나 **311** 으로 전화하여 참가자가 인근의 OOPP 를 찾도록 지원할 수 있습니다.

만약 귀하의 조직이 OOPP 나 나알록손 배포에 관심이 있는 경우, nyc.gov/health 를 방문하여 “[overdose prevention resources](#)”(과다 복용 예방 리소스)를 검색하거나 naloxone@health.nyc.gov 로 이메일을 보내시기 바랍니다.

환경

이 섹션에서는 참가자가 약물을 사용하는 장소를 바탕으로 과다 복용의 위험을 평가합니다. 직원은 참가자가 환경의 안전성 및 과다 복용이 발생하는 경우 누군가 참가자를 발견하고 개입할 수 있는지 여부를 고려하도록 권장하기 위해 안내용 질문을 할 수 있습니다. 잠재적인 논점은 다음과 같습니다:

- 잠재적 응급 구조원이 해당 환경에 접근할 수 있습니까?
- 해당 환경에 닫히고 잠기는 문이 있습니까?
 - 누군가 안에 있을 때 접근할 수 있도록 문이 바깥쪽으로 열리니까?
- 해당 환경을 통해 더 안전하게 약물을 사용할 수 있습니까?
- 더 안전한 주사와 흡연 관행을 위해 해당 환경에 조명이 환하게 밝혀져 있고 통풍이 잘 이루어집니까?
- 해당 환경이 실외인 경우, 날씨와 다른 요소로부터 보호(예: 고속도로 고가와 같은 공중 가림막이 있습니까?) 받을 수 있습니까?

또한 직원은 사전에 획득한 약물을 가져와 감독하에 사용할 수 있는 장소인 OPC 에 대해 이야기할 수 있습니다. 더욱 안전한 약물 사용 전략에 관한 자세한 정보는 몸을 돌보고 책임을 지세요: 약물을 사용하거나 주사하는 사람들을 위한 안전 수칙(Take Care, Take Charge: Safety Tips for People Who Use or Inject Drugs)(on.nyc.gov/tctc-booklet 에서 이용 가능) 및 각성제 사용자를 위한 안전 수칙(Safety Tips for People Who Use Stimulants)(on.nyc.gov/stimulants-booklet 에서 이용 가능)을 확인하시기 바랍니다.

도움을 줄 수 있는 사람

이 섹션에서는 참가자가 과다 복용 상황에서 도움을 줄 수 있는 사람을 식별하도록 합니다. 직원은 참가자와 다른 사람들과 함께, 교대로 약물을 사용하여 과다 복용의 상황에서 누군가 나알록손을 관리할 수 있도록 하는 것에 대한 이야기를 나눌 수 있습니다. 다른 사람들과 함께 약물을 사용하지 않는 참가자의 경우, 직원은 “Never Use Alone”(마약을

혼자 사용하지 마세요) 상담전화에 전화를 걸고 응급 구조원이 현장에 접근할 수 있도록 하는 등의 선택지를 이야기할 수 있습니다.

전반적인 건강

이 섹션에서는 참가자의 과다 복용 위험에 영향을 미칠 수 있는 기타 질환을 다룹니다. 호흡에 영향을 미치는 기존의 질환은 과다 복용 위험을 증가시킬 수 있거나 약물을 흡연하여 더욱 악화시킬 수 있습니다.

나의 과다 복용 안전 계획

워크시트의 이 파트에서는 참가자가 과다 복용 위험을 줄이기 위해 실행할 수 있는 단계를 알아보도록 합니다. 이 섹션을 완료했을 때 참가자가 실질적이고 현실적인 단계에 중점을 두도록 하는 것이 중요합니다. 참가자와 함께 고려할 몇 가지 질문으로는 다음이 있습니다:

- 이러한 조치는 참가자가 원하고 실행할 수 있는 것입니까?
- 단계 중 한 가지를 완료할 수 없는 경우 어떻게 됩니까?

안전 계획은 시간이 지남에 따라 변경될 수 있으며 참가자의 상황 또는 약물 사용 행동에 변화가 발생하는 경우 다시 논의되어야 합니다.

과다 복용 안전 계획 포스터

이 포스터는 과다 복용의 위험에 대해 생각할 때 고려할 수 있는 일반적인 질문을 제공하고 있습니다. 이 포스터는 사무실이나 작업 공간에 게시하여 해당 장소가 약물 사용에 대해 이야기하기에 안전한 장소임을 암시합니다. 또한 이 포스터는 대화의 시작점으로 사용할 수 있으며, 이후 안전 계획 워크시트를 소개할 수 있습니다. 이 포스터는 on.nyc.gov/od-safety-plan 에서 온라인으로 이용할 수 있으며 **311** 로 전화해 주문할 수 있습니다.

추가 자원

더 자세한 내용 안내:

- SSP 및 OPC 등의 NYC 약물 확인 서비스 - nyc.gov/alcoholanddrugs
- 날록손 - nyc.gov/naloxone
- OUD 치료 - nyc.gov/health 를 방문하여 “[opioid treatment](#)”(오피오이드 치료)를 검색
- 금연 - nyc.gov/nycquits

열람할 사이트:

- 뉴욕주(New York State, NYS) 보건부의 과다 복용 계획 카드 - health.ny.gov/publications/9895.pdf
- NYS 중독 서비스 및 지원실(NYS Office of Addiction Services and Supports)의 치료 장소 확인 - findaddictiontreatment.ny.gov

7.24 Korean