

금연 전화상담의 효과평가

김용언, 송윤미, 이정권, 정휘수, 강석철

성균관대학교 의과대학 삼성서울병원 가정의학과

연구배경: 흡연은 암을 비롯한 주요 만성질환의 유병률과 사망률을 증가시키는 교정 가능한 주요 건강 위험요인으로, 건강증진영역에서 금연은 가장 중요한 위치를 차지한다. 많은 흡연자들이 시도하고 있는 자발적인 금연 방법은 성공률이 낮아서 여러 가지 보조수단을 통해 금연율을 높이려는 노력이 필요하다. 그 중 전화상담은 금연율을 높이는데 효과적일 것으로 기대되는 보조수단이지만 한국인에서 그 효과가 입증된 바가 없어, 본 연구에서는 가정의학과 외래를 방문한 남자 흡연자를 대상으로 금연 전화상담의 효과를 평가하였다.

방법: 본 연구는 무작위 대조임상시험으로, 2001년 11월 20일부터 2002년 1월 7일 사이에 서울에 위치한 일개 삼차진료기관 가정의학과에서 통원진료를 받는 남자 흡연자 193명 중 본 연구에 참여할 것을 동의한 152명을 연구 대상으로 하였다. 연구 시작시기에 연구대상군 모두에게 사회인구학적 특성, 흡연 습관 및 금연변화단계를 묻는 자기기입식 설문조사를 실시하고 교육자료를 나누어 준 후, 이들을 실험군(76명)과 대조군(76명)으로 무작위 할당하여, 실험군에게만 8주와 17주째에 훈련된 간호사가 금연 전화상담을 실시하였다. 25주째에 연구대상군 모두에게 전화를 하여 금연여부를 조사하였다.

결과: 연구시작시기에 조사된 사회인구학적 특성 및 흡연습관은 실험군, 대조군, 연구 불참군 간에 유의한 차이가 없었다. 25주째 최종 금연율은 실험군 55명 중 19명(34.5%), 대조군 57명 중 16명(28.1%)으로 실험군에서 높은 경향이 있었지만 통계적으로 유의한 차이는 없었다. 25주째 추적 가능한 전체 연구대상군 108명 중 초기 변화단계가 계획전 단계였던 26명 중 3명(11.5%), 계획단계 27명 중 9명(33.3%), 준비단계 55명 중 23명(41.8%)이 금연하여 금연변화단계가 높을수록 금연율이 유의하게 높은 경향이 있었다(P for trend < 0.01).

결론: 남자 흡연자에 대한 금연전화상담은 금연율을 유의하게 증가시키지 못했다. 금연변화단계와 금연율 간의 유의한 연관성은 변화단계모델을 이용한 행동요법의 유효성을 시사한다.

중심단어: 전화상담, 금연, 변화단계