



Korean

약물: 사실 정보

엑스터시 (ECSTASY)

(이 (E), 엑스 (Ex), 이 앤 씨 (E and C), 엑시 (eccy), 엠디엠에이 (MDMA), 엑스티씨 (XTC), 엑즈 (eggs), 핑거즈 (pingers), 디스코 비스킷츠 (disco biscuits), 필즈 (pills))



엑스터시는 메틸렌다이옥시메쓰암페타민 (MDMA)의 속칭이다. 기본적으로 환각 성분이 함유된 흥분제로 알약 형태가 가장 흔하며 (이 때문에 "필즈(pills)"라고 불린다) 색깔은 다양하고, "도장"을 찍어 구별한다. 보통 삼키면 되지만 이 (E)는 가루로 만들어 사용하거나 코로 흡입하기도 한다.

효능:

엑스터시에 함유된 흥분제 성분이 중추 신경계에 작용하고 동시에 약에 포함된 환각 성분이 지각 능력에 영향을 미친다. 엠디엠에이 (MDMA)는 자제력을 약화시키기 때문에 사용자는 더 예민해지고 감정이 격해지고 에너지가 넘치게 된다. 엑스터시는 복용 후 20분 이내에 "약효"가 나타나고 1시간쯤 지난 후 환각효과가 최고조에 달하게 된다. 약효는 8시간까지 지속될 수 있으며 깨어날 때 피로감과 짜증이 동반되기도 한다. 알코올이나 다른 약물과 혼합해서 사용할 경우 환각 효과가 더 강해진다.

단기적인 피해:

엑스터시는 혈압과 맥박, 체온을 상승시킨다. 사용자는 식욕을 잃게 되고 땀을 많이 흘리며, 구토를 하기도 한다. 과도한 발열을 경험하는 사람도 있고, 무의식적인 이 악물기, 이갈기, 동공 확대 등의 증상이 흔히 나타나고, 깨어날 때 불안감과 불면에 시달리게 된다. 덥고 습한 환경 (예: 레이브 파티나 록 콘서트의 무대 전면 지역)에서 약을 복용하게 되면 탈수증을 야기할 수 있고, 드물기는 하나 심장마비나 사망을 초래할 수도 있다. 뿐만 아니라, 수분을 과도하게 섭취해서 수분 중독으로 인한 뇌부종을 겪는 사례도 흔하다.

알약 한 개에 대한 환각효과를 예측할 수 없고 그 유해성마저 잘 알려져 있지 않기 때문에 과용할 가능성이 매우 높다.

장기적인 피해:

현 단계에서 확인된 바는 없으나 누적된 증거자료를 미루어 볼 때 반복적인 엑스터시 사용이 뇌에 신경독으로 작용하는 것으로 보인다. 과도한 엑스터시 사용자들에게서 우울증 (무기력과 심한 감정 변화), 집중력 감퇴, 기억력 손상 등과 같은 증상이 보고되고 있다. 이는 엑스터시의 사용으로 인해 세로토닌이 뇌에서 감소하기 때문이다. 동물 실험 연구를 통해 이러한 세로토닌 결핍이 장기간 (최고 3년까지) 지속될 수 있고, 심지어 영구적인 증상이 될 수도 있음이 밝혀졌다.

핵심 사항:

조악한 제조 환경에서 생산되는 여느 불법 약물과 마찬가지로 품질 관리를 기대하기는 불가능하다. 엑스터시의 주요 성분은 엠디엠에이 (MDMA) 이어야 하지만 실제로 대부분의 알약에는 그 성분이 함유되어 있지 않다. 왜 그럴까?

그 이유는 제조에 필요한 기초 화학물질을 구하기가 어렵고 화학적으로 합성하기도 쉽지 않기 때문이다. 대부분의 알약 제조업자들은 조악한 장비를 사용하고 비용 절감을 위해서는 무슨 짓이든 서슴없이 한다.

약을 판 친구나 판매자가 그 약의 품질을 보증할 자격이 있는지 없는지의 문제는 제쳐놓고 그들 스스로도 실제로 그 약의 출처가 어딘지 정확히 모를 확률이 아주 높다는 점을 명심해야 한다. 약을 파는 사람들이 하는 말은 보통 그들에게 약을 공급해 준 사람의 말을 그대로 따라하는 것에 불과하다. 진짜 중요한 것은, 엠디엠에이 (MDMA)가 아니라 파라메쓰옥시암페타민 (PMA) 이 들어있는 다른 합성 환각제에 메쓰암페타민을 섞어 놓은 가짜를 살 가능성이 더 크다는 것이다. 엑스터시 제조에 사용되는 값싼 대체물로 카페인, 케타민 (말 마취제), 파라세타몰, 이부프로펜 등이 사용되기도 한다.

**엑스터시를 복용할 때는 섭취하는 물의 양을 주의 깊게 조절해야 한다.
물을 너무 많이 마셔도 위험하고 너무 적게 마셔도 위험하다.**

- PMA - 암페타민류의 약물로서 흥분제와 환각제 성분이 모두 함유되어 있다. 엑스터시로 판매되거나 엑스터시에 함유되어 있다. 엠디엠에이 (MDMA)보다 약효가 늦게 나타나지만 더 강력하다. 사람들이 "위조제품"으로 오인하고 하나 더 먹어서 과용 상태에 빠지는 경우가 종종 있다. 그로 인한 사망 사례가 많이 보고되어 있다.
- 사사프라스 나무의 뿌리, 껍질, 열매에서 추출한 사프롤이라는 기름이 엠디엠에이 (MDMA) 제조에 쓰인다. 사사프라스를 인체에 사용할 경우 영구적인 간 손상과 암을 유발하는 것으로 알려져 있다.
- 2000에서 2004년까지 국립 검시 정보 시스템 (National Coronial Information System)에 112건의 엑스터시 관련 사망건수가 기록되었는데, 그 중 46 퍼센트는 약물 자체가 주요 사망 원인이었다.
- 세라토린 증후군은 엑스터시를 지나치게 많이 복용하거나 항우울제와 함께 복용하는 경우 발생할 수 있다. 증세로는 정서불안, 두통, 정신착란, 심장 부정맥, 근육 뒤틀림 등이 나타나고, 극단적인 경우에는 의식을 잃고 사망하기도 한다.

아이스 (ICE):

(메쓰 (meth), 크리스탈 메쓰 (crystal meth), 디-메쓰 (d-meth), 샤부 (shabu), 티나 (tina), 글라스 (glass)).



아이스는 크리스탈 염산 메쓰암페타민의 속명으로 90년대 중반 이래 호주에서 압수된 모든 메쓰암페타민류 약물의 90퍼센트를 차지하고 있다. 일반적으로 수정 같은 분말이나 무색의 "돌" 모양으로 거래되며 흡연이나 흡입, 주사 방식으로 투여된다.

효능:

아이스는 투여할 경우 매우 "격렬하거나" "화끈한" 환각 상태를 경험하게 되며 약효가 12시간까지 지속될 수도 있다. 사용자들은 흥분과 각성 상태를 경험하게 된다. 아이스는 뇌의 수용체들을 모노아민으로 가득 채워 해당 효과를 낸다. 반복적으로 사용하면 이러한 수용체들이 죽게 되고 사용자는 아이스가 없이는 더 이상 기쁨을 느낄 수가 없게 되는 것이다. 따라서 이 약물은 신체적으로, 정신적으로 중독성이 매우 높다.

단기적인 피해:

심장 박동과 호흡 수를 증가시키고, 고혈압 및 혈관, 심장 문제를 야기시킨다. 성욕을 증가시켜 사용자들로 하여금 위험한 성행위를 하게끔 충동한다. 따라서 성병 (STI)에 감염될 위험이 그만큼 높아진다.

장기적인 피해:

시간이 지나면서 아이스는 문자 그대로 사람들을 노쇠하게 만든다. 주사 방식을 이용하는 사람들에게는 흉터와 농양, 혈관 손상 등이 발생하고, 혈액 매개 병원균에 감염될 위험이 높아진다. 중독자들은 치아 손상, 피부 손상, 영양실조, 폐기능 저하, 전신 통증, 통증과 발작 등의 문제를 겪는다. 뇌졸중의 위험뿐만 아니라 정신 건강과 인지 기능에도 영향을 주는 것으로 밝혀졌고, 중독자들은 과대망상, 환각, 기억 상실, 수면장애, 정신 이상 등으로 고통을 겪는다.

핵심 사항:

아이스는 거리에서 팔리는 약물들 중 가장 나쁜 부류에 속한다. 사회적인 영향 면에서 보면 아이스 중독자들은 약물 구입에만 몰두하게 되어 종종 공격적이고 난폭하게 되고, 그 결과 가족과 친지들에게서도 멀어지게 된다.

- 메쓰 제조 과정에서 발생하는 염화수소와 염산, 암모니아, 인화수소 등의 독성 가스는 모두 인체에 아주 해롭다.

마리화나 (대마초 CANNABIS)

(포트 (pot), 그라스 (grass), 위드 (weed), 도프 (dope), 리퍼 (reefer), 조인트 (joint), 스플리프 (spliff), 안디 (ya(r)ndi), 로프 (rope), 멀 (mull), 콘 (cone), 스킱크 (skunk), 방 (bhang), 간자 (ganja), 해시 (hash), 크로닉 (chronic))



대마초로부터 세 가지 제품이 생산된다. 마리화나는 암 대마초의 잎과 꽃 머리부분으로 여기에는 향정신성 물질인 델타-9-테트라하이드로캐나비놀 (delta-9-tetrahydrocannabinol: THC) 성분이 함유되어 있다. 그리고 대마초로 작은 유색 덩어리 (노란색에서 검은색까지 다양) 형태의 해시와 해시 기름도 생산한다. 대마초 마른 잎과 꽃봉오리를 담배 형태로 만들거나 물파이프를 이용해 피우는 것이 호주에서 가장 널리 사용되는 대마 제품 형태이다.

효능:

THC는 폐(또는 위장)를 통해 혈액 속으로 흡수되어 뇌로 전달된 다음 뇌의 보상 화학 물질과 함께 수용체들을 채워 버린다. 일반적으로 대마초를 피우게 되면 긴장을 완화시키는 효과가 있다. 그리고 숙된 말로 "걸신"이 든다고 할 정도로 식욕이 증진되기도 한다.

단기적인 피해:

집중력 감소, 근육기능의 공동 작용 손상, 눈 충혈, 구강 건조 증상이 나타난다.

장기적인 피해:

호흡기 질환, 흡연과 관련된 암, 생식 기능 손상, 성욕 감퇴 등이 발생한다. 약물에 대한 심리적 의존성으로 인해 불안초조, 기억력 감퇴, 정서 불안, 의욕 상실, 편집증, 충동적 강박 증세 등에 시달릴 수 있으며, 중증 흡입자의 경우 정신 이상, 정신분열증으로 이어질 수도 있다. 사회적인 차원에서도 문제가 있을 수 있는데, 예를 들면 가족, 친지들과의 관계에 문제가 발생하기도 한다. 실업 문제도 대마초 남용과 직접적인 관계가 있다.

핵심 사항:

기본적으로 어떤 형태로든 연소된 탄소를 흡입하는 것이 그렇듯이 대마초를 흡연하는 것은 건강에 해롭다. 그리고 요즘 거래되는 대마초들은 대부분 수경법으로 재배되기 때문에 흡연 시점에도 식물에 독성 화학물질이 고농도로 잔존해 있는 경우가 많다.

연구에 따르면 대마초를 대량으로 사용한 남성의 경우 잠자리에서 어려움을 겪는 것으로 나타났는데, 많은 경우 만족감을 얻지 못하는 것으로 조사되었다.*

*출처: 앤소니 스미스 (Anthony Smith) - 라 트로브 대학 연구 (La Trobe University Study).

■ 신체에 미치는 영향

장기간 대마초를 상용한 사람은 천식, 기관지염, 구강암, 식도암, 폐암, 집중력 저하, 기억 손상, 학습 장애 등을 겪으며, 정신 이상을 일으킬 가능성도 있다.

■ 사회적 영향

장기간 대마초를 상용한 사람은 의무 교육이나 TAFE, 대학 교육을 제대로 마칠 가능성이 낮다. 실업 문제도 대마초 남용과 직접적인 연관이 있는 것으로 알려져 왔다. 장기 상용자들은 가족, 친지들과의 관계에 있어서도 문제를 경험할 수 있다.

■ 대마초와 운전

국립 대마초 예방 및 정보 센터 (National Cannabis Prevention and Information Centre: NCPIC)에서 최근 발간한 연구 결과에 따르면 마약에 취한 상태에서 운전을 할 경우 사고의 위험성이 세 배나 증가한다고 한다.

■ 대마초와 법

열대지방의 푸켓에서 환상적인 휴가를 꿈꾸고 있는가? 그렇다면 조심해야 한다. 대마초나 다른 종류의 약물로 기소 당한 적이 있다면 휴가 계획을 무기 연기해야 할 지도 모른다, “대마초로 기소 당한 적이 있다면 많은 국가들에서 입국을 허가하지 않을 것이다” 라고 브리즈번에 소재한 DRUG ARM의 이사 (Executive Director)인 데니스 영 (Dennis Young)씨가 경고한다. “향후 유학과 직장 선택에도 영향을 줄 수 있다. 많은 사람들이 이와 같이 장기적으로 영향을 미치는 법적인 문제들을 이해하지 못하거나 생각하지 않는다.”

십대들이 “모두 도프를 피우고 있다”고 많은 사람들이 생각하고 있지만, 사실은 호주 청소년 (14-19세) 5명 중 4명은 도프를 사용해 본 적이 없다.**

**출처: 2007년도 국립 약물 전략을 위한 가구 조사 (NDSHS).

코카인 (COCAINE)

(코크 (coke), 스노우 (snow), 찰리 (Charlie))
(크랙 코카인 (crack cocaine): 크랙 (crack), 록 (rock),
베이스 (base), 슈거 블록 (sugar block),
프리 베이스 (freebase))



코카인은 백색 분말 형태의 흥분제이다.
보통 코로 흡입하지만, 주사로 투여하거나 복용,
또는 잇몸에 문지르는 방법을 사용하기도 한다.

효능:

품질과 순도에 따라 세 가지 형태로 나뉘며
세 종류 모두 도파민이라는 신경 화학물질을
방출시켜 짧은 시간 동안 강력한 자극을 경험하게
한다. 비정상적인 흥분 상태를 겪게되며 사용자는
자신감이 지나치게 높아지고 말이 많아진다.

**코카인을 알코올과 함께 섭취하면 코카에틸렌이라는 화학물질이 생성되는데,
이 물질은 코카인이나 알코올보다 신체에 훨씬 더 해롭다.**

단기적인 피해:

맥박 상승, 불안정, 편집증, 환각, 근육 경련,
구토 등의 증상이 나타난다. 몇 시간, 또는 며칠
동안 계속 코카인을 과도하게 사용하게 되면
“크래시 (우울증과 무력감)” 상태에 빠지게 된다.

장기적인 피해:

코카인성 정신 이상 (폭력적이고 공격적인 행동과
피해망상 등의 증상이 두드러지게 나타남)과 수면
장애, 성기능 장애, 뇌졸중, 발작, 신장 기능 장애
등이 나타난다. 뿐만 아니라 약물을 코로 흡입하는
경우 콧속 점막 궤양을 일으켜 결국은 코의
격막이 무너지게 된다. 주사는 피부 조직
손상을 초래한다.

핵심 사항:

코카인을 파는 사람이 무슨 말을 하든, 호주
내에서 거래되는 코크의 순도는 다른 나라에
비해 매우 낮다. 그래서 국내에 공급되는 코카인은
모두 스피드, 메쓰, 엑스터시 분말과 같은 다른
약물로 “커트” 되어 있다.

스피드 (SPEED)

(위즈(*whiz*), 포인트(*point*), zip(*zip*), 고-이(*go-ee*), 스노우(*snow*), 개스(*gas*), 퓨어(*pure*), 이브(*eve*), 고고(*gogo*))



스피드는 암페타민류 약물이다. 일반적으로 회색이나 노란색을 띤 분말이지만 분홍색이나 갈색인 경우도 있다. 입자도 매우 부드러운 것에서부터 상당히 거친 것까지 매우 다양하며, 캡슐에 점성액 형태로 포장된 것도 있다. 복용, 흡연, 흡입, 주사 또는 향문삼입 방식으로 투약할 수 있다.

효능:

모든 암페타민류 약물과 마찬가지로 스피드는 투약 후, 매우 강한 자극을 경험하게 해 준다. 에너지 증강, 식욕 억제, 긴장 상태 등을 겪게되는데, 이는 약물이 뇌와 신체 간의 상호작용을 가속화시키기 때문이다, 그 결과 호흡과 심장박동 수가 증가하고 혈압이 상승한다,

단기적인 피해:

과도한 발한, 발열, 시야 흐림, 두통, 이갈기, 이악물기, 메스꺼움과 설사 등의 증상이 나타난다.

장기적인 피해:

아이스와 마찬가지로 장기간 사용자에게는 노화 현상이 두드러지게 나타나고 치아 문제, 심장 이상, 체중 감소 등이 초래되며, 잠재적으로 뇌졸중이 발생할 수 있고, 중독성이 매우 강하다. 감정 통제가 힘들어지고 환상을 겪거나 충동적으로 행동을 하기도 하며 난폭해지고 폭력적이 되기도 하여 가족과 교우관계를 파괴한다.

핵심 사항:

스피드는 수익을 높이기 위해 다른 약물뿐만 아니라 심지어는 세제와도 혼합하여 제조하기 때문에 특히 “더러운” 약물이다. 이 약물을 장기간 사용하게 되면 용모가 초췌해지고 피부가 나빠지며 치아도 손상된다. 뿐만 아니라 정서불안, 공격성, 심지어 폭력성까지 나타나게 된다.

“스피드 정신 이상”은 암페타민류 약물 과용으로 인해 흔히 나타나는 증상이며 피해망상적 정신분열증과 매우 흡사하다.

지에이치비 (GHB)

(지 (G), 팬터시 (fantasy), 리퀴드 이 (liquid E), grievous bodily harm (GBH))



감마 하이드록시부타이레이트 (Gamma-hydroxybutyrate), 일명 GHB는 무도장에서 흔히 사용되는 약물로, 자극적이고 도취감을 일으키며 최음 효과가 있기 때문에 액체 엑스터시라고 지칭되기도 한다. 그러나 화학 성분 측면에서는 엠디엠에이 (MDMA)와 전혀 연관이 없다. 약간 짠맛이 나고 무색무취의 약물이다.

효능:

원래 전신 마취제로 개발된 이 약물은 전반적으로 이완제와 같은 효과를 낸다. 사용을 하게 되면, 억제력이 떨어지고 전반적으로 졸음 현상을 경험한다. 과용하면 의식상실, 발작, 구토 등의 증상이 나타나며, 알코올과 함께 섭취할 경우 특히 위험해져서 전면적인 호흡기 장애, 심장마비 등을 초래해 사망에 이르게 하기도 한다. 더 나쁜 점은 약물이 신체적, 정신적으로 중독성이 있다는 것이다. 금단증상으로 인해 불면, 불안, 광선 및 큰 소음에 대한 과민반응, 정신적 반응의 둔화 등이 초래된다.

핵심 사항:

GHB 사용자들의 주된 위험은 과용으로 인한 사망이다. 공급자가 보증한다고 해도 특정 제조물의 강도나 희석도를 전혀 알 수가 없기 때문에 정확하게 “안전한” 양을 확인하기가 매우 어렵다. 그런 위험을 감수할 가치가 없다.

GHB를 알코올과 함께 섭취하면 빨리 취하게 된다. 따라서 “드링크-스파이킹 (다른 사람의 술에 다른 술이나 약물을 몰래 넣는 일)”에 종종 사용된다.

진정제 (DEPRESSANTS)

(벤조즈 (benzos), 트랭스 (tranks), 세리에즈 (serries), 맨디즈 (mandies), 슬리퍼즈 (sleepers))

“다우너즈 (downers)”라고도 알려진 진정제는 뇌와 신체의 기능을 둔화시키거나 감소시킨다. 주로 처방전 의약품으로 사용되는 “반 마약”이나 기분 전환 물질로 유명해졌다. 이완감과 가벼운 만족감에서부터 마취와 무의식에 이르기까지 다양한 증상을 초래할 수 있다.

효능:

진정제는 중추신경계에 마취 효과를 주어서 불안감, 스트레스, 망상증을 줄여 준다. 또한 불면증을 해소하고 몸의 근육을 이완시킨다. 사용할 경우, 기분이 좋아지고 사교성이 개선되는 것으로 보고되는 경우가 많다. 다른 불법 흥분제를 복용한 후 금단증상이나 “깨어난 상태”에 나타나는 증상들을 극복하기 위한 “해독제”로 진정제를 쓸 수 있다.

단기적인 피해:

어지러움, 정신착란, 발음장애, 얇은 호흡, 근육기능의 공동작용과 판단력 상실, 저혈압 등의 증상이 나타난다. 다른 약물의 영향 하에서 자가 처방으로 진정제를 사용하는 것은 위험하다. 호흡기 마비나 심하면 사망까지도 초래할 수 있다.

장기적인 피해:

많은 진정제, 혹은 바르비투르산염류의 약물들도 규칙적으로 사용할 경우 중독될 수 있고, 금단 증상으로 불면, 공황 발작, 불안 등이 나타난다.

핵심 사항:

이 약물은 특정한 사유에 따라 의사가 처방해야 하고 다른 약물의 해독제로 사용해서는 안 된다. 다른 약물들의 효과를 없애기 위해서는 진정제를 사용하기보다 그냥 잠을 자는 것이 더 낫다. 너무 많이 복용하거나 다른 약물과 잘못 혼합할 경우, 혼수상태에 빠지거나 사망에 이를 위험이 있다.

진정제를 알코올과 함께 섭취하면 호흡 속도를 떨어뜨려 호흡 정지가 일어날 수 있다.

도움이 필요하십니까?

아래 열거된 기관에서 서비스와 자료를 제공할 때 영어로만 제공할 수도 있음을 양지하시기 바랍니다.

전국 약물 캠페인 (NATIONAL DRUGS CAMPAIGN)

1800 250 015 (무료전화)

www.australia.gov.au/drugs

캠페인에 관한 정보 및 거주하고 있는 주/테리토리에서 받을 수 있는 정보와 지원 서비스에 관한 문의.

알코올 정보

www.alcohol.gov.au

보건 및 노년부에서 제작한 호주 정부 국립 알코올 정보 사이트.

국립 대마초 예방 및 정보 센터 (NCPIC)

1800 304 050 (무료전화)

www.ncpic.org.au

국립대마초 예방 및 정보 센터 (NCPIC)는 약물 취득을 예방하고 지역 사회를 대상으로 증거에 근거한 정보를 제공하고 적절한 개입 조치를 취함으로써 호주 내 대마초 사용 감소를 목표로 함.

테드 노프스 재단 (TED NOFFS FOUNDATION)

1800 151 045 (무료전화)

www.noffs.org.au

약물과 알코올 문제, 그리고 이와 관련된 외상 장애로 고통을 받고 있는 청소년들과 그 가족들을 위한 필수 서비스 제공.

터닝 포인트 (TURNING POINT)

1800 888 236 (무료전화)

www.turningpoint.org.au

터닝 포인트는 알코올과 약물 관련 문제로 어려움을 겪고 있는 개인과 지역사회를 대상으로 이들의 보건 및 안녕을 증진시키고 극대화하려는 목표를 추구함.

호주 약물 재단 (AUSTRALIAN DRUG FOUNDATION: ADF)

www.adf.org.au

약물과 관련한 최신 연구 자료와 정보지, 회의 및 뉴스, 정부 정책 등에 포함된 종합 정보 제공.

호주 약물 정보 네트워크 (AUSTRALIAN DRUG INFORMATION NETWORK: ADIN)

www.adin.com.au

1200여 개의 전문 웹사이트는 물론, 소규모 지역 단체에서부터 전국적인 기관에 이르기까지 약물 및 알코올 관련 기관들과 링크를 구축해 간편한 연결 서비스 제공.

드럭 암 (DRUG ARM)

1300 656 800

www.drugarm.com.au

DRUG ARM Australasia는 비정부, 비영리 기관으로서 불법 약물 사용 없는 건강한 생활양식 확대를 목표로 함.

가족 약물 문제 지원 (FAMILY DRUG SUPPORT)

1300 368 186 (시내전화)

www.fds.org.au

사랑하는 사람을 돕는 데 지원이 필요한 사람들을 위해 설립된 기관. 가족의 약물 문제로 인해 외상 장애를 직접 경험한 자원봉사자들로 구성됨.

**비컨 재단
(BEACON FOUNDATION)**

www.beaconfoundation.net

호주인들의 태도와 문화를 변화토록 하여 청소년 개개인이 자신과 지역사회를 위해 성공을 거둘 수 있도록 스스로 독립 의지를 개발하도록 지원하는 전국적인 규모의 비영리 기관.

**어린이지원 전화
(KIDSHHELP LINE)**

1800 551 800 (무료전화)

www.kidshelp.com.au

5세에서 25세 사이의 어린이와 젊은이들을 위한 전국 규모의 전화 및 온라인 상담 서비스. 무료 서비스이며 익명성과 기밀 보장.

**생명의 전화
(LIFELINE)**

13 11 14 (시내전화)

www.lifeline.org.au

큰 문제든 작은 문제든, 모든 문제를 해결할 수 있도록 상담을 제공하는 전국 규모의 24시간 전화 상담 서비스.

**옥시전
(OXYGEN)**

www.oxygen.org.au

건강한 생활양식을 선택하도록 권장하고 청소년들을 위해 상호작용적인 활동과 담배에 관한 정보를 제공.

**리치 아웃
(도움의 손길: REACH OUT)**

www.reachout.com

정신 건강 문제에 관해 필요한 정보와 휴식을 제공하는 온라인 공간. 도움의 손길을 내밀어, 도움을 찾고, 앞으로 계속 나아가라.

**무드짐
(MOODGYM)**

www.moodgym.anu.edu.au

우울증 증상의 예방 및 경감을 위해 마련된 혁신적이고, 상호작용적인 웹 프로그램. 청소년들을 위해 고안된 것이나 모든 연령층에 유익.

**비온드블루
(BEYONDBLUE)**

www.beyondblue.org.au

전국 규모의 우울증 퇴치 사업. 호주 전역을 대상으로 우울증에 대한 이해 증진을 목적으로 함.

**헤드스페이스
(HEADSPACE)**

www.headspace.org.au

호주 전역에서 청소년과 그 가족들을 위한 정신 및 보건 복지 관련 지원과 정보, 서비스 제공.

**국립 연계 서비스
(NATIONAL RELAY SERVICE)**

24시간 연계 전화 번호 TTY/음성 13 36 77,
Speak and Listen (SSR) 1300 555 727

농아나 청각, 언어 장애자들을 위해 호주 전역에서 제공되는 전화 연계 서비스.

**휴대 전화로 해당 서비스를 이용할 경우
휴대전화 요금이 적용됨.**