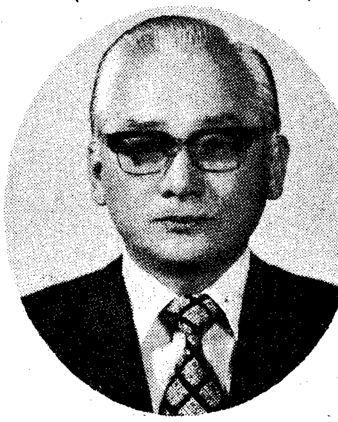
癌…予防할 수 있나

吸煙과 肺癌의 相関관계 점차 규명단계

喫煙과疾病의 關係가 世人의關心을 끌게된것은 肺癌의異常增加 現象인데 우리나라에서도 肺癌으로 死亡하는數가 煙草消費量의增加에 따라 해마다增加一路에 있다고 추정되고 있다. 特히 우리나라에서 많은 胃癌을추월해서 얼마안가서外国과같이 癌으로因한 死亡率의 第1位가 肺癌이 될것아닌가 하는 기우를 갖게된다.



盧 永 民
노영민內科院長·醫博
醫 事 評 論 家

煙草와疾病의 關係는 明確하게 하기위해서 現在 8種의 대규모 추적조사가 세계적으로 이루어지고 있다. 具体的으로 말하면英国의4만에 달하는의사, 美国의癌協会, 그리고29만명의 美国在鄕軍人, 美国의 19만명의白人, 7만의 캘리포니아大学生, 캐나다의 9만명의 恩給生活者, 瑞典의6만명에 관해서 이미 20년이상 추적조사가 계속되고있다. 各組査에따라서는 多少의 差異는 있으나 그 結果는 大体로同一한 경향으로나타나고 있다. 即 喫煙은 肺癌의 最大의原因이며 特히 喫煙을 始作한 年令, 하루에 피우는 개비수, 喫煙期間 연기를 흡입하는 程度등이 肺癌의發生과 같은간계가 있다는것을 알게되었다. 또 금연하게되면 肺癌으로서의 死亡率은 점차 줄어들어 10年이경과하게되면 非喫煙者와 差異가 없다는것도 알게되었다. 이調査에서 밝혀진바에의하면 喫煙者에게는 肺癌뿐만아니라 그他의癌으로 死亡하는數도 많다는 것이다. 即 후두암, 구강암, 인두암, 식도암, 방광암, 간장암, 치장암등이다.

癌으로 死亡한사람은 그어느種類의 癌에서도 喫煙者의數가 많았다고 한다. 前者의 많은種類의癌 以外에도 胃癌, 腸癌, 膽管癌, 膽恵癌, 子宮頸癌에서도 明確하게 喫煙者의數가 많았다. 特히 구강암, 인두암, 식도암, 장암 간장암은 喫煙하고 또 飮酒하는 사람에서 많았다. 子宮癌이 喫煙者에서 많았다는 統計는 瑞典에서도 보고된바있다. 여러가지 통계를 종합해서봐서 平均해서喫煙者가 癌으로死亡하는數가 30% 더많은것으로 되어있는데 癌의30%는 담배와간계되고있으니 금연하게되면 많은수에서 癌을방지할수가 있다고 본다. 實地로 금연한사람은 추적한결과 금연해서 5년이경과하게되면 非喫煙者의肺癌死亡率과 가까운數가되고 10年경과하면 非喫煙者와 다름이없다고 한다.

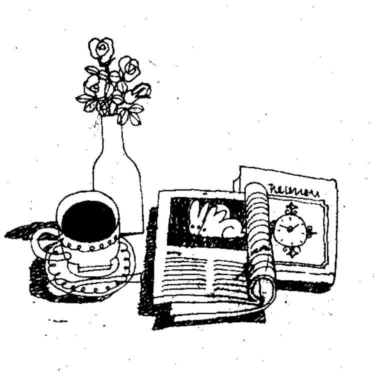
이世上에는 담배를 피우지않는데도 肺癌이되는 사람도있다. 일반적으로 말하면 肺癌의原因은喫煙以外에도 대기오염과 직업병등으로 온다고하나 또하나의 原因이있다. 그것은 受動喫煙이라고 하는것이다. 이것은 자기는喫煙을하지 않으나 他人의 담배연기를 마시고있는동안에 같은영향을 받는다는 것이다. 喫煙을 하지않은주부라도 男便이 헤비스모커일경우에는 男便이喫煙을 하지않은 주부에비한다면 肺癌이되는率이 2배나더많다고한다. 이와같은狀況은 職場이나 車·自動車에서도 일어날수가 있다. 이렇게 볼때 喫煙은 자기뿐만이 아니고 주위사람들까지에도 癌의위험은가져다주는것이라고 하겠다.

大多數의 癌은 癌의 원인이되는 發癌物質이 우리들의 생활주변에있어 그物質을 반복해서 体內로 받아들이고 있는 동안에發生하는것이다. 그러니 그와같은위험한것을 가급적이면 体內에 드려놓지 않는것이 癌을 예방하는 한 方法이라고 하겠다.

우리나라에서도肺癌死亡率높아져
담배안피워도 受動吸煙으로 被害
断煙이 癌予防의 지름길

담배의타르속에 發癌物質이 들어있다는것을 알고있는 이상 禁煙이 최선의 예방수단이 아닐수 없는 것이다.

타르가 적게든 담배 필터가붙은 담배 타르를 제거해버리는파이프, 더욱이 입에물고 피우는것 꽁초까지 피우는것, 길게 들어마시는것, 줄담배를 피우는짓을 피하므로써 담배害를 줄이는 方法은 여러가지가 있다. 그러나 담배를 피우는 이상은 그 영향을 全혀 안받는다고는 할수없을 것이다.



禁煙指導에 앞장선 美国의 癌協会는 癌 特히 現在에 있어서도 治療가 어려운 肺癌을 예방하기 위하여 「담배를 꼭 피우고 싶으면 25세까지는 피우지마라. 피우는 사람도 40세가되면 禁煙해야한다」라고 忠告하고있다. 25세이전부터 담배를 피운 사람은 肺癌이 되기가 쉽다. 또 40세가 지나면 암연령이라고해서 癌이되기 쉽다고 한다. 끽연암이라고도 불리우는 담배와 간계가있는 各種癌(위암 방광암등)은 예방하기 위해서는 禁煙을 권고하고싶다.

肉食많이하면 大腸癌 잘걸려

끽연과 飮酒가 겹치게되면 어떤 種類의 癌이 증가하고 肉食과 끽연이 겹치게되면 肺癌이증가하여 綠黃色야채를 매일먹고있는 사람은 이와는 반대로 肺癌이 줄어드는것이 明確하게 되었다. 이러한 事實은 우리들의 생활가운데서 各種因子가 복합되어 癌發生을 促進하기도하고 遲延시키기도 한다는것은 표시하고 있는것이다.

肉食을 하게되면 食事中의 동물성지방과 동물성단백질이 많아져서 이것들은 다같이 癌發生과 간계가 있다고 생각되는것이다.

例를들면 乳癌의 死亡은 食事中의 動物性脂肪이 증가할때 많아지는 것이고 植物性脂肪은 많아지드라도 증가하지 않은 것이다. 또 食事中의 동물성단백질이 많을때는 乳癌死亡率도 높아지지만 식물성단백질이 많을때는 乳癌死亡率은 반대로 저하되는 경향을 보인다.

大腸癌에 관해서도 食事中의動物性脂肪과 동물성단백질이 많을때 死亡率이 높아진다. 生活条件이 향상되어 肉食을 많이 먹게되면 大腸癌이 多發한다는 것은 世界各国에서 볼수있는 경향이라고 하겠다.

肉食이 癌發生을 증가시키는理由의 하나로서 肉類에 포함되어있는 發癌物質의 작용과 腸內에 상주하는 세균의 作用이 변해서 장내에 發癌物質을 만드는데 있다고 하겠다.

一方 섬유가많은 야채·果實·精白하지않은 곡물등을 먹게되면 섬유가 장내의 運動을 자극해서 飮食物의 腸內停滯時間이 단축된다. 그리되면 飮食物과같이 장내에 들어간 發癌物質도 비교적빨리 体外로 排泄되어 장내에서의 發癌作用을 방지할수있다고본다.

美国의 윈더博士는 西欧여러나라에서의 女性의 癌의 약반 男性의 癌의 약3분의1은 飮食物과 간계를가지고 있다고 推定하고 있다. 이어 끽연이 가해진다면 發癌의 機会는 倍加할것은당연한 일이라고 생각된다. 癌發生에 간해서도 飮食物 다시말해서 우리의 食生活을 소홀히 생각해서는 안될것이다.

약은 약사에게 진료는 의사에게

콜레스테롤(過脂肪)経減剤의 出現으로 成人病治療의 革新을 갖어왔읍니다!

다량의 지방분을 섭취하면 혈액내에 과량의 지방(콜레스테롤)이 축적되어 점차로 혈관벽에 침착되여서,고혈압,동맥경화,관부전증,심근경색증,협심증등의 성인병을 유발하게 됩니다. **리파놀캅셀**은 콜레스테롤 경감제로서 상기질환의 근본적인 치료는 물론,예방약으로서 구미각국에서 크게 각광을 받고 있는 신약입니다.

正常血流

過脂肪血症

과지방혈증·동맥경화증 치료제

리파놀 캅셀

푸로세토펜 제제

효능·효과
- **단순지방장해 :** 과콜레스테롤혈증,과트리 글리세라이드혈증,혼합 과지방 혈증
- **과지방혈증을 수반한 동맥경화증의 중후군 :** 뇌혈관 부전증,협심증,심근경색합병증을 유발하는 관상동맥부전증,동맥성고혈압, 말초맥관질환.
- **과지방혈증을 수반한 당뇨병의 맥관장해.**

용법·용량
대인1회1캅셀 1일3회 식후복용함. 중증인 경우에는 1일 5캅셀을 복용함. 값 60캅셀 16,500원

태극약품
서울특별시 도봉구 창동 681
TEL : 992－1336－1337