

금연합시다!!!

흡연과 질병

'적을 알고 나를 알아야 백전백승'

흡연이 건강에 왜 나쁜지 담배는 어떤 물질로 구성되어 있는지 담배로 인해 얼마나 많은 사람들이 죽는지 등 흡연과 관련

된 모든 정보를 충분히 습득하는 것은 금연을 위한 필수 과정이다.

흡연이 유발하는 질환은 암 종류만도 폐암, 구강암, 인두암, 췌장암, 후두암, 방광암, 신장암 등 8가지에 달한다. 또 폐결핵, 폐렴, 독감, 기관지염, 폐기종, 천식, 만성기도장애와 같은 호흡기질환, 류머티스성 심장질환, 고혈압, 폐성 심장질환, 뇌혈관질환, 동맥경화, 대동맥류와 같은 심혈관질환을 일으키고, 체중미달아, 신생아 호흡장애증후군, 신생아 돌연사증후군 등 소아질환도 유발한다. 다음은 흡연으로 잘 발생하며 가장 피해가 큰 질환들이다.

1. 암

알려진 발암 성분은 43가지로 polyaromatic hydrocarbons, heterocyclic hydrocarbons, Nnitro-

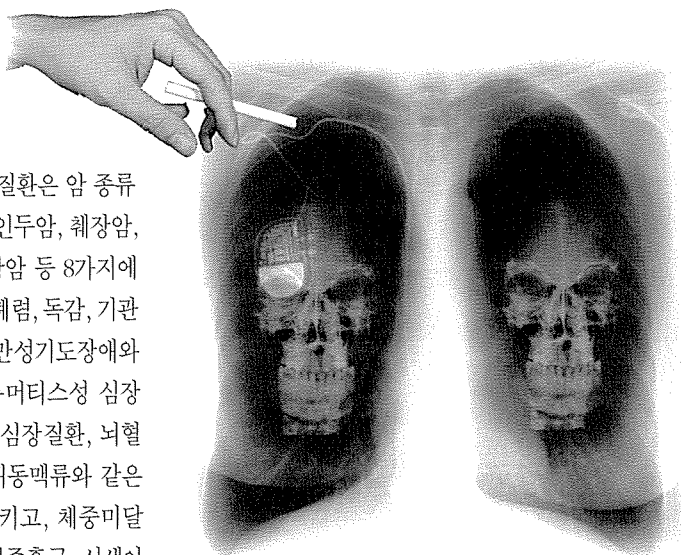
samines, aromatic amines, aldehydes, volatile carcinogens, inorganic compounds, radioactive elements 등이 있다. 1950년대부터 대규모의 연구로 흡연의 영향을 종합하여 발표한 1964년의 US Surgeon General의 흡연과 건강 보고서와 수천 편의 과학적인

연구에서 흡연이 암의 원인인자로 확

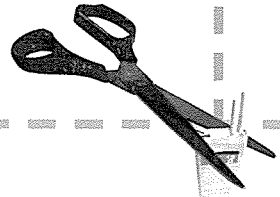
인되었다. 모든 암의 30%가 담배 때문에 발생하며 담배 연기와 직접 접촉되는 기관들(구강, 식도, 폐, 그리고 기관지)의 암의 90% 정도가 흡연 때문에 생기고, 담배 연기와 직접 접촉하지 않는 인체 장

기 중 자궁경부, 췌장, 방광, 신장, 위장, 조혈 조직의 암 발생률은 비흡연자에 비해서 1.5~3배정도 높다.

신체의 모든 부위에서 암의 위험은 담배 연기에 노출 정도에 비례해서 증가한다. 담배 연기는 초기와 말기에서 암형성을 유발하는 강력한 발암 인자로 작용하며 술과 같은 다른 인자와 상호작용을 하여 암의 발생 위험을 상승시킨다.



NO SMOKING!!!



흡연이 건강에 왜 나쁜지
담배는 어떤 물질로 구성되어 있는지
담배로 인해 얼마나 많은 사람들이 죽는지 등,
흡연과 관련된 모든 정보를 충분히 습득하는 것은
금연을 위한 필수 과정이다.

2. 폐질환

폐질환 흡연은 기관지, 폐포, 폐 모세혈관, 폐의 면역체계에 병리 변화를 일으키고 폐질환을 유발하는 위험인자이다.

폐쇄성폐질환(COPD)으로 인한 사망의 81.5%가 흡연에 의해 생긴다고 하며, COPD의 연령에 따른 사망률은 비흡연자에서 보다 흡연자에서 약 10배 높다고 하며 이러한 위험은 1일 흡연량과 흡연시작 시기, 흡연기간에 비례한다.

흡연자에서 폐포가 파괴되어 탄성 복원력이 없어지는 폐기종이 생긴다. 흡연자에서는 직경 300 마이크로미터 이하인 세동맥 수가 줄어들고 동맥내막과 혈관중벽의 비후가 나타난다. 흡연 시 초당 노력성 호기 용적(FEV1), 모세 기관지 기능, 폐 확산 기능은 감소하고 어린이나 청소년에서는 폐성장 장애를 일으킨다.

흡연이 COPD 발병에 가장 큰 영향을 주는 나이는 알 수 없지만 폐의 최고성장(plateau phase)이 흡연량에 비례해서 줄어들고 COPD 발생이 빨라진다.

흡연의 폐질환 유발은 기관지 반응성의 증가와 protease-antiprotease의 불균형 두 가지 기전으로 설명되며 그 외의 위험인자는 alpha 1-antitrypsin 결핍이나 먼지, 분진 노출, 소아기의 심한 호흡기 질환 등이



있다.

3. 심혈관 질환

흡연은 고혈압, 고콜레스테롤과 함께 뇌혈관질환, 관상동맥질환, 복부 대동맥류, 말초혈관질환과 같은 죽상경화질환의 세 가지 주요 위험인자이다.

흡연이 심혈관질환의 유병률과 사망률을 높이고 금연하면 심혈관질환의 유병률과 사망률이 감소한다. 하루에 한 갑 이상 담배를 피운 40~59세의 남성에서 관상동맥질환의 비교위험도는 2.5배이며 위험도는 흡연량에 비례해서 증가한다.

65세 이상 남성에서 관상동맥질환 사망의 25% 이상과 65세 이하에서는 사망의 45%가 흡연에 의한 것이다. 여성에 있어서 관상동맥질환의 위험도는 남성과 유사하며 흡연 여성의 심근경색증의 비교위험도는 비흡연자나 금연자에 비해 3배이다.

하루에 25개비 이상 흡연여성은 치명적인 관상동맥질환의 위험도가 5.5배, 비치명적인 관상동맥질환 위험도가 5.8배, 협심증의 위험도는 2.6배이며 하루 1~4개비 정도의 적은 양의 흡연도 관상동맥질환의 위험도를 2배 증가시킨다. [7]

(자료제공 : 금연나라(www.nosmokingnara.org))

NO SMOKING!!