

금연

흡연의 폐해

국립암센터 암예방검진센터 서흥관

모든 암 사망률의 30%가 흡연으로 밝혀졌다. 담배 연기가 직접 접촉하는 부위에 생기는 암인 구강암, 혀암, 식도암, 기관지암, 폐암은 흡연이 원인의 90%를 차지한다. 담배 연기가 직접 접촉하지 않는 부위에 생기는 암인 자궁경부암, 췌장암, 방광암, 신장암, 위암, 혈액암의 위험은 흡연으로 인하여 1.5~3.0배 정도 증가하게 된다.

담배가 일으키는 폐해는 많지만 첫째, 흡연은 암을 일으킨다. 모든 암 사망률의 30%가 흡연으로 밝혀졌다. 담배 연기가 직접 접촉하는 부위에 생기는 암인 구강암, 혀암, 식도암, 기관지암, 폐암은 흡연이 원인의 90%를 차지한다. 담배 연기가 직접 접촉하지 않는 부위에 생기는 암인 자궁경부암, 췌장암, 방광암, 신장암, 위암, 혈액암의 위험은 흡연으로 인하여 1.5~3.0배 정도 증가하게 된다.

특히 폐암은 흡연과의 인과관계가 잘 밝혀져 있는 암으로서, 폐암으로 사망하는 환자의 약 90%가 흡연이 원인으로 역학 연구자들은 밝히고 있다.

우리나라에서의 연구 결과도 모든 종류의 폐암에서 흡연자가 비흡연자보다 더 많이 발생했다. 소세포암은 비흡연자에 비해 흡연자가 걸릴 확률이 21.7배 증가하였으며, 편평 세포암은 11.7배, 선암은 2.1배 증가하였다.

둘째, 흡연은 심혈관계 질환을 일으킨다. 심혈관계 질환으로 사망하는 사람의 약 20%는 흡연이 원인이다. 흡연자는 비흡연자에 비해 소혈관 질환뿐만 아니라 동맥경화증이 생길 확률도 높다. 당뇨병이 없는 사람에게서 말초 혈관 질환의 약 90%, 대동맥박리의 50% 정도가 흡연으로 인한 것으로 파악된다.



또한, 관상동맥 질환의 20~30%, 폐쇄성 뇌혈관 질환의 10%가 흡연에 의한 것으로 생각된다. 고혈압과 혈중지질 농도가 높은 흡연자는 그렇지 않은 흡연자에 비해 심혈관 질환의 위험률이 높다는 것은 흡연과 다른 심혈관 위험 요소 간에는 다양한 상호작용이 존재한다는 것을 말해준다.

동맥경화 외에도 흡연은 혈소판 응집과 혈관 폐색을 조장해 심근경색과 돌연 심장사 가능성을 높인다. 또한, 심근경색을 앓은 사람들 중 흡연을 지속할 경우 금연한 경우에 비해 관상동맥 질환의 재발률이 높으며, 심장이나 말초 혈관 질환으로 인해 혈관우회로술을 시행 받은 환자들도 흡연을 지속할 경우 이식 혈관의 폐색 가능성이 크고 혈관성형술 실패율도 높다.

셋째, 흡연은 폐에 손상을 일으켜 만성폐색

성 폐질환의 80%를 일으키는 주원인이다. 흡연자에게 이러한 만성폐색성 폐질환의 위험은 흡연 기간에 따라 4~25배 높아진다. 흡연자는 만성적 기침, 만성적 가래, 호흡곤란의 증상을 많이 보이며, 폐기능 검사에서 나타나는 여러 가지 소견들이 대부분 저하되어 있다.

흡연은 기도 및 폐를 감염증에 쉽게 걸리도록 하므로, 흡연자는 폐렴이나 인플루엔자에 의한 사망 확률이 높아진다. 전신마취 수술 후 폐합병증이 많이 발생하며, 기도 폐쇄를 잘 일으키므로 천식 환자는 절대 금연하여야 한다.

넷째, 그 밖에도 여성에서 불임과 저체중아 출산, 유산, 사산, 심지어 태어난 후에도 영아 돌연사증후군의 원인이 되는 물론이고 임신 중 유산, 사산을 일으키고, 자궁외임신도 늘어난다.

다섯째, 청소년이 흡연할 경우 일찍부터 발암물질에 노출되어 암 발생이 높아진다.

이러한 이유로 흡연은 시작부터 하지 않는 것이 최선이고, 이미 흡연을 하고 있다면 한시라도 빨리 금연하는 것이 유일한 해결책이다. ☹