

“건강하게 살려면 금연해야죠.”

4. 담배로 인한 피해에는 어떤 것들이 있는가?

담배로 인한 피해를 크게 나누어 설명하면 다음과 같다.

인체에 대한 피해

담배를 피우면 담배연기 속에 있는 4,000여종의 물리 및 화학물질이 호흡기관에 직접적으로 피해를 주고 또한 폐에서 흡수되어 온 몸을 돌면서 우리 몸의 모든 장기에 암을 포함한 각종 질병을 일으킬 뿐 아니라 모든 조직 및 세포에 노화현상을 일으켜 많은 불편, 고통 그리고 조기 사망을 일으킨다.

정신건강에 대한 피해

종종 담배가 정신건강에는 좋다고 하는 분들이 있으나 그것은 오해다. 담배를 피우면 그 속에 있는 니코틴에 의하여 마약중독같은 습관성이 생긴다. 마약중독 환자가 마약주사를 몸에 계속 맞아야 하듯 흡연을 통하여 니코틴 공급을 해 주지 않으면 니코틴 금단증상이 일어난다. 따라서 담배를 피우는 것은 금단 증상을 일시적으로 완화해주는 행위일 뿐이며 정신적으로는 오히려 습관화되고 니코틴에 의존하게 됨으로 건강에 더욱 나쁘다.

경제적인 피해

담배값으로 지불되는 경제적인 손실도 있지만 무엇보다도 조기사망으로 인한 경제적인 손실, 질병치료로 인한 의료비 지불 그리고 국가적으로는 산불 등 각종화재로 인한 손실 등이 있다. 산불의 60%, 화재의 10%가 담배로 인한 것이라고 한다.

실제로 담배산업으로 발생하는 수입보다 경제적인 손실이 31%가 많다고 한다.

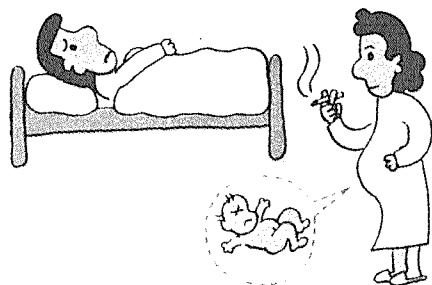
다른 사람들에 대한 피해

가족중에 담배 피우는 사람이 있는 경우 담배 피우지 않는 가족도 담배로 인해 각종 질병에 이환될 위험도가 더 높다. 직장에서 담배 피우는 동료와 같이 일할 때도 마찬가지다. 특히 어린이는 상기도염, 천식 그리고 폐렴에 걸릴 확률이 2배 또는 그 이상 높아진다. 임산부가 담배를 피우면 태아는 기형, 발육 부족, 사산, 조산 등의 위험이 높아진다.

환경오염

담배를 피우는 사람의 주변은 항상 콩초, 재떨이 등으로 불결하며, 담배꽂초로 인한 환경의 오염, 불결 등은 생

각보다 크다. 우리나라 명산 어디에 가나 서울시내 어디에도 담배꽂초가 없는 곳을 찾아보기 힘들다.



5. 담배와 조기노화(早期老化) 현상

담배를 피우면 담배속에 있는 여러 가지 독소와 일산화탄소로 인한 저산소증으로 우리 몸의 각 조직과 세포 등에 조기노화 현상이 일어난다.

겉으로는 같은 나이에 있는 담배 안 피우는 사람에 비해 더 늙어 보이며 주름살도 더 많다. 안으로 들여다 보면 20년 이상 담배를 피운 사람인 경우 모든 장기가 5~6년 더 노화되어 있다.

따라서 성인병에 이환되는 나이도 더 빠르고, 정력감퇴 현상도 더 빨리 오며, 노쇠현상이 노망현상도 더 일찍 온다. 그러나 담배 피우는 사람은 담배 안피우는 사람보다 자기가 더 늙어있다는 사실을 모른다.

6. 우리나라 사람은 담배를 얼마나 피우는가?

담배가 보편화되고 금연운동을 하지

않는 나라에서는 남자 성인의 흡연율은 대개 75% 수준에 이른다. 즉 네 사람의 성인 남자중 세사람이 담배를 피운다는 이야기다.

선진국에서는 과거 10여년간 강력한 금연운동을 전개한 결과 흡연율이 75%에서부터 감소하기 시작하여 예를 들면 미국의 경우 남자성인의 흡연율이 25%정도까지 감소했으며, 유럽의 대부분의 나라에서는 금연운동을 시작한 후 흡연율을 최소한 절반가량 줄이는데 성공하였으며, 흡연율은 계속 감소하고 있다. 최근 일본도 흡연율이 급속하게 감소하고 있다고 보고되고 있다.

우리나라는 금연운동이 시작된지 얼마되지 않아서 흡연율이 서서히 감소하고 있다는 보고도 있지만 반대로 흡연율이 오히려 증가한다는 보고도 있다. 아래 그래프는 1988년 1월 겔럽조사 연구소에서 발표한 자료로 우리나라 여성의 흡연율은 변화없지만 남자는 오히려 증가한다는 통계를 보여주고 있다.

이 통계는 우리나라의 흡연율이 세계 최상위권에 있음을 뜻한다.

선진국에서는 청소년의 흡연율과 여성의 흡연율도 최근에 이르러 급속하게 감소함을 보여주지만, 우리나라에서는 청소년의 흡연율과 일부계층의 여성흡연율은 오히려 증가하고 있다는 보고도 있어 문제가 심각함을 보여준다.