의사의 조언 담배와 심장병의 관계

● 담배를 많이 피우는 사람들에게 돌연사가 많다.

담배는 폐암의 원인이 될 뿐 아니라, 뇌동맥 · 관상동맥 · 하지의 동맥경화를 일으키기도 한다. 또한 돌연사와 담배는 서로 밀접한 관계가 있다.

어떤 조사에 의하면 담배를 피우는 사람들이 피우지 않는 사람들에 비해 허혈성 심질환이 2배나 많으며 급성 심장사(돌연사)하는 경우는 4배정도나 된다고 한다.

● 흡연자는 왜 심장병에 걸리기 쉬운가

왜 흡연자에게 허혈성 심질환이 많은가? 그 이유는 아직도 명확하지 않다. 그러나 적어도, 담배에 함유되어 있는 니코틴과 담배를 피울 때 들여마시게 되는 일산화탄소가 관상동맥경화를 촉진한다는 것은 확실하다.

니코틴이 몸 속에 들어가면 혈관을 수축시키는 카테콜아민이라는 홀몬의 분비가 촉진된다. 혈관이 수축하여 저항이 심해지기 때문에 혈압이 상승하게 되며 혈관벽에 압력을 가하게 된다.

그 결과 혈관벽의 투과성이 높아져서 내막에, 지방(나쁜 콜레스테롤)이 들어가기 쉬워져 동맥경화를 촉진하게 된다.

또한, 담배에 의해 발생하는 일산화탄소 때문에 콜레스테롤이 혈관벽에 침착되기 쉬워진다. 즉, 니코틴에 의해 분비가 많아진 카테콜아민은 혈중 유리지방산을 증가시켜 혈소판이 응고되기 쉽게 만든다.

요컨대, 혈액이 혈관 내에서 응고되어 혈전을 만들게 되니까 혈류의 상태가 나빠져서 혈관이 막히는 원인이 된다. 그래서 허혈성 심질환의 발생을 재촉하게 되는 것이다.

통계적으로 볼 때, 20세 이전에 담배를 피우기 시작한 사람은, 그 이후에 시작한 사람보다 심근경색이 될 위험도가 1.5배나 높다.

● 담배 협심증이란?

담배에 함유되어 있는 니코틴이나 일산화탄소가 혈액에 스며들면 관상동맥이 경련을 일으켜서 혈관이 좁아지는 경우가 있다.

이미 관상동맥경화가 진행되어 혈관이 좁아진 경우에는 증상이 더 심해지기 때문에 심한 협심발작을 유발하게 된다. 이것을 흔히 '담배협심증'이라 부른다.

담배협심증은 다른 사람이 피우는 담배 연기에 의해 일어나는 경우도 있다. 한편 관상동맥의 경련에 의해 좁아진 혈관은 관상동맥경화의 경우와 달라서 경련이 해소되면 원래의 상태로 돌아간다.

〈다음 호에 계속〉