

## 청소년 흡연과 건강피해

성 호/서울위생병원 소아과, 의학박사

흡연이 개인의 건강에 유익하다고 생각하고 담배를 피우는 사람은 거의 없을 것이며 아울러 흡연의 해독에 대해서 모르고 이를 계속하는 사람도 아마 아무도 없을 것이다. 다만 우연한 기회에 대수롭지 않은 동기로 시작한 흡연이 점차 진행되어 스트레스 해소란 미명아래 니코틴 중독에 의한 억제력상실로 점점 더 깊은 흡연의 굴로 빠져들었을 뿐이다.

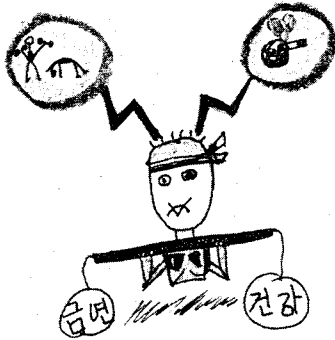
1970년대 중반까지는 유교문화적 배경과 일반사회 통념상 청소년의 흡연은 상당히 자제되어왔다. 1980년 들어서 급속한 경제성장, 권리의식, 교복자율화, 민주주의식, 자녀에 대한 무조건적 사랑 등 사회 전반의 나사풀림현상으로 청소년에 대한 사회통제 기능이 약화되면서 도덕성의 파괴, 향락주의적 사고의 만연으로 급격히 흡연이 확산되어 왔다. 국내 통계자료에 의하면 1975년에 비해 15년사이에 약2.5배의 청소년 흡연율이 증가되어서 고등학교 3년 남학생의 40.4%, 여고생의 5.1%에서 흡연을 하고 있다는 놀라운 사실이 증명하듯 급격히 늘고 있는 청소년의 흡연은 세계적 청소년 흡연왕국인 필리핀을 비롯기라도 하듯 확인되

어 사회적 문제에 봉착하게 되었다.

1960년대 최고조에 달했던 미국의 흡연풍속은 1970년대에 들어 급격히 감소하였으며 일본도 1970년대초 급격히 상승하던 흡연율이 1970년대말 서서히 감소하고 있는 모습을 보이는 바 유독 우리나라만이 흡연이 증가하고 있는 것은 미국이나 일본등과 비교할 때 선진과 후진의 격차로까지 비약시킬 수 있지 않을까 내심 걱정스러우며 차후 자라나는 세대에 대한 흡연의 심각성에 대한 계몽교육이 다시 한번 심각함을 깨닫게 된다.

유독 청소년의 흡연이 문제시되는 것은 흡연시작 연령이 낮을 수록 담배로 인한 각종 질환의 발병률과 사망률이 급격히 증가 한다는 학문적 보고는 이들이 성인기에 접어들어 직면할 수 있는 더욱 나빠진 건강모습을 연상안할 수가 없다.

또한 부모의 흡연이 자녀의 흡연에 막대한 영향을 끼친다는 사실은 중·고생 흡연의 동기중 약 반수가 호기심이나 멋있게 보이기라는 사실이 지적하듯 부모의 무의식적인 흡연의 도취가 자녀의 흡연에 미치는 영향을 다시금 깨우쳐 준다. 특히 중요한 것은 한국인은 20세기



전 흡연 시작이 2/3이상이어서 조기 흡연을 걱정 않을 수 없으나 다행스럽게도 이들 청소년 흡연자의 80%는 금연을 희망하고 있다는 사실이 고무적인 것이다. 결혼가정의 학생, 학교생활의 만족도가 낮을 수록 학교성적이 나쁠수록, 부모의 학력이 낮을 수록 청소년 흡연율이 높으므로 이런 위험인자에 대한 금연교육의 필요성이 더욱 중요시 된다.

그러면 이와 같이 해롭다고만 역설하는 담배가 폐암으로 대표되는 무서운 질병을 일으키는 유해물질이 무엇인가를 잡고, 넘어가야겠다.

#### 첫째 : 니코틴으로 인한 담배중독

담배를 처음 피우거나 너무 많이 필 때 느끼는 구토, 현기증, 두통 등이 이 니코틴으로 인하여 생기는 증상으로 폐로 흡입한 연기속의 니코틴이 뇌에 도달하려면 약 7초정도 걸리며 즉각적인 다행감과 만족감이 일어나고 특히 연기가 인두의 안쪽을 때릴 때 생기는 직접적 자극과 더불어 흡연자는 연기의 흡연량과 깊이를 조절하므로써 혈중 니코틴 농도를 일정하게 유지하며 니코틴은 사실 강력한 흥분제인데 실제 흡연자의 75%

는 담배를 피면 긴장이 풀리는 것으로 잘못 알고 있다. 니코틴은 고도의 탐닉성 약물인데 술이나 마약과는 달리 정상적인 기능을 뚜렷이 손상시키지 않고 니코틴 과량 섭취에 대한 조절이 매우 정확한 것 뿐이다.

#### 둘째 : 타르물질

담배를 피우면 필터가 검게 되는 것이나 오랜 흡연자의 인지를 노랗게 물들이는 것이 바로 타르로서 200종이상의 화합물로 되어 있으며 이것이 폐암을 일으킨다. 담배가 800C로 연소될 때 작은 입자로 되어 기관지나 폐로 들어가며 이중 크기가 10 $\mu$ m이상의 것은 가래로 밖으로 나오나 1 $\mu$ m전후의 것은 60%이상이 폐속으로 들어가 배출되지 않는다.

#### 셋째 : 산소결핍을 일으키는 유해가스

담배가 탈 때 일산화탄소, 이산화탄소가 나온다.

**일산화탄소 :** 담배연기속에는 최고 45,000ppm의 Co가 함유되어있다. 대기오염이 심하면 50ppm이하이므로 과량의 Co가스가 폐로 들어가 혈액의 산소운반을 방해하여 가벼운 "일산화탄소 중독"을 일으킨다.

**이산화탄소 :** 담배연기속에 250ppm이 들어 있으며 대기오염은 0.02ppm정도이다.

결국 상기한 물질로 인한 흡연의 유해성을 다시 한번 생각 하여야 할 것이며 우리나라 인구 4,000여만명중 담배를 안 피우는 사람이 2,500만명이상이라는 중요성을 깨달아서 나 자신의 건강과 타인의 건강도 함께 생각해주시는 이웃사랑의 정신이 바~~르~~금연인 것이다. †