



코로나19 대응 흡연예방 안내문

(대상: 전교생)

군산경포
초등학교

우) 54033 군산시 백릉로 75 교무실 063)445-4772 행정실 445-0611 FAX 063)445-9744

‘흡연자에게 더 위험한 코로나19’

최근 코로나19가 비흡연자보다 흡연자에게 더 위험하다는 연구 결과가 있어 안내해드리니 경포 교육가족의 건강한 생활을 위해 참고하시기 바랍니다.

◆ 흡연이 코로나19 감염과 치료에 주는 영향

흡연은 코로나19
감염 가능성과
환자의 중증도,
사망 위험을 높임

- 흡연을 위해서는 담배와 손가락을 입에 가져가야 하기 때문에 바이러스가 입, 호흡기로 들어갈 가능성이 높아짐
- 흡연 시 담배에 있는 수많은 독성물질이 심혈관, 폐, 면역기능을 손상시켜 코로나19 바이러스 감염 가능성을 높임
- 흡연 시 흡입하는 니코틴은 코로나19 바이러스와 결합하는 몸속의 ACE2 수용체 증가에 영향을 미쳐 코로나19 감염 가능성을 높임
- 흡연은 심혈관 질환, 암, 호흡기 질환, 당뇨병 같은 질병을 야기하며 이러한 기저질환을 가진 사람은 코로나19 바이러스 감염 시 병세 악화 및 사망 위험이 높음
- 세계보건기구(WHO)도 코로나19 예방을 위해 금연을 권고하고 있으며, 미국, 우리나라는 흡연을 코로나19 위험요인으로 관리하고 있음

◆ 국내·외 흡연과 코로나19 관련 입장

세계보건기구
(WHO)

- **코로나19로 인한 흡연자의 중증 질환 발생 확률 증가**
 - 흡연은 많은 호흡기 감염의 위험 요소이며, 호흡기 질환의 심각성을 증가시킴
 - 코로나19는 주로 폐를 공격하는 감염병임. **흡연은 폐 기능을 손상시켜** 신체가 코로나 바이러스와 다른 질병들을 대응하는 것을 어렵게 함
 - 담배는 심혈관 질환, 암, 호흡기 질환, 당뇨병과 같은 비전염성 질병의 주요 위험요소로서 이러한 질병을 가진 사람은 코로나19 감염 시 **심각한 질병으로 진행되거나 사망할 위험이 더 높음**
 - 금연상담전화, 금연프로그램, 금연보조제와 같이 검증된 방법을 통해 **즉각 금연할 것을 권고함**

※ 금연 시 나타나는 신체의 긍정적 변화

- 금연 시 20분 내 심박 수가 증가하고, 혈압이 하강함
- 12시간이 지나면 혈류 속 일산화탄소 수치가 정상으로 내려감
- 금연 후 2~12주 이내에 혈액순환과 폐 기능이 개선됨
- 1~9개월이 지나면 기침과 호흡곤란이 줄어들음

미국 질병통제
예방센터

- **코로나19를 악화시킬 수 있는 위험요인에 흡연 여부 포함**
 - 65세 이상, 영양원 또는 장기요양시설에 지내는 자, 만성폐질환 또는 중증의 천식, 중증의 심장질환, 면역결핍증이 있는 자, **흡연자**, 심각하게 비만인 자, 당뇨병이 있거나 투석 중인 만성 신장 질환이 있는 자 또는 간질환이 있는 자

우리나라
질병관리본부
(KCDC)

- **코로나19 고위험군에 흡연자 추가하여 관리 강화**
 - 임신부, 65세 이상, 만성질환자[당뇨병, 심부전, 만성 호흡기 질환(천식, 만성폐쇄성질환), 신부전, 암환자 등], **흡연자**
 - 흡연자의 경우 폐기능이 저하되었을 가능성이 매우 높음

※ 출처: 금연두드림(nosmk.khealth.or.kr) 담배규제 팩트시트(19호)

2021. 6. 7.

군산경포초등학교장