 군산서초등학교	흡연예방교육주간 운영 안내	교무실 445-3664 행정실 445-1680 http://www.gss.es.kr
--	---------------------------	---

학부모님의 가정에 행복과 평안이 가득하시길 기원합니다.

본교는 ‘흡연예방 및 금연실천학교’로써 담배연기 없는 건강한 학교를 만들기 위하여 노력하고 있습니다.

어린시기의 흡연이 건강에 미치는 악영향은 그 시작 단계에서는 대단치 않은 것처럼 보이나 장기적으로는 각종 질환 유발 등 치명적일 수 있습니다. 어린시기 흡연의 가장 큰 문제는 성인보다 중독이 쉽고 끊는 것은 어렵다는데 있습니다. 자녀의 건강한 미래를 위해 자녀가 흡연환경에 노출되지 않도록 관심 가져주시기를 부탁드립니다.

◆ 흡연·약물 오남용예방교육주간 운영 ◆

- 기간: 2020.10.19.(월) ~ 2020.10.23.(금)
- 대상: 전교생, 학부모, 교직원
- 내용
 - 흡연예방교육 및 다짐식
 - 흡연예방 자료 전시
 - 약물 오남용 예방교육 자료 학교 홈페이지 게시

2020년 10월 16일

군 산 서 초 등 학 교 장

흡연자에게 더 위험한 코로나19

코로나19 예방 및 극복을 위해서 **담배와의 거리두기**가 필요합니다



코로나19(COVID-19)란?



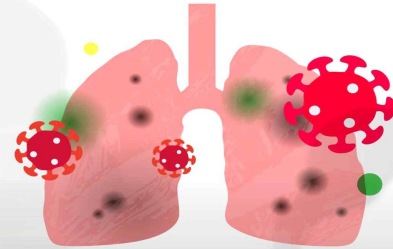
- 정의: SARS-CoV-2 감염에 의한 호흡기 증후군
- 전파경로: 기침이나 재채기 등을 통한 비말이나 바이러스에 오염된 물건 접촉으로 전염
- 잠복기: 1~14일 ■ 증상: 발열, 기침, 호흡곤란 및 폐렴 등 호흡기감염증 발생

흡연은 **코로나19 감염 가능성**과 환자의 **중증도, 사망 위험**을 높입니다

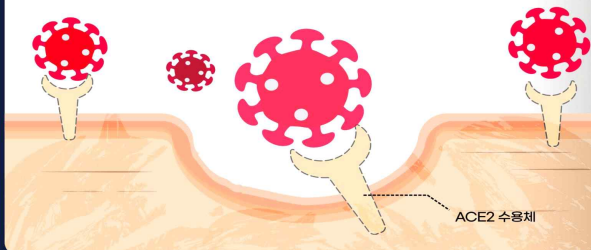
흡연 시 담배와 손가락을 입에 가까이 가져가기 때문에 바이러스 감염 가능성이 높아집니다



담배 속 수많은 독성물질로 인한 인체 손상이 코로나19 바이러스 감염 가능성을 높입니다



담배 속 니코틴 성분이 코로나19 바이러스와 결합하는 몸 속 수용체(ACE2)를 증가시켜 감염 가능성을 높입니다⁽¹⁾



흡연은 심혈관 질환, 암, 호흡기 질환, 당뇨병 같은 질병을 야기하며 이러한 기저질환자는 코로나19 감염 시 중증도 및 사망 위험이 높습니다⁽²⁾



세계보건기구(WHO)는 **코로나19 예방을 위해 금연을 권고**하고 있으며 미국과 우리나라도 **흡연을 코로나19 위험요인으로 관리**하고 있습니다

세계보건기구
(WHO)

- 흡연은 많은 호흡기 감염의 위험 요소임
- 흡연으로 인해 심혈관질환, 암, 호흡기 질환, 당뇨병 등의 질환자는 코로나19 감염 시 중증도 및 사망률이 더 높음
- 금연상담전화, 금연프로그램, 금연보조제 등의 방법을 통해 즉시 금연할 것

※참고문헌

(1) Olds, J. L. & Kabbani, N. (2020). Is nicotine exposure linked to cardiopulmonary vulnerability to COVID-19 in the general population. The FEBS Journal.

(2) Liu, W., Tao, Z. W., Wang, L., Yuan, M. L., Liu, K., Zhou, L., ... & Ming, Y. (2020). Analysis of factors associated with disease outcomes in hospitalized patients with 2019 novel coronavirus disease. Chinese medical journal.

◆ 올바른 약 사용법

1. 의사의 진료를 받고 처방전에 따르거나, 약사와 상담한 후 약을 구입합니다.
2. 나를 위해 조제한 약은 나만 먹습니다.
3. 정해진 시간과 양을 지켜서 복용합니다.
4. 물과 함께 복용합니다.
5. 약의 유효기간을 확인합니다. 유효기간이 지난 약은 폐기합니다.
6. 다른 목적으로 처방받은 약을 한꺼번에 섞어 먹지 않습니다.