



가족과 함께 하는 흡연예방 퀴즈 대회

가 정
통 신 문
2022 보건

우) 54643

☐ 익산시 동서로 41길 37

☎ (교무실) 720-2500

FAX 063) 835-0769

학부모님 안녕하십니까?

2022년 흡연예방 행사의 일환으로 '온 가족이 함께 하는 흡연예방 퀴즈대회'를 개최합니다.

이에 흡연예방과 관련된 교육자료를 안내해드리오니 가정에서 자녀와 함께 읽어보시기 바랍니다.
더불어 뒷면의 '온 가족이 함께 하는 가로세로 흡연예방 퀴즈'를 푸신 후 정답을 적어 **보건실 퀴즈 응모함에 6월 7일(화)까지** 제출해주시면 정답자에게 소정의 상품을 드립니다.

정답을 잘못 적으면 추첨대상에서 제외될 수 있습니다.

흡연예방교육자료

금연이 사회적 화두로 제기되면서 점점 부각되고 있는 것이 **간접흡연, 즉 2차 흡연**이다. 자신은 담배를 피우지 않아도 흡연자에게 근접해 있다는 이유만으로 담배연기의 피해를 입는 것을 경계하는 것이다. 어느 정도 간접흡연의 폐해에 대해 인식이 있는 사람도 대부분 담배연기만 조심하면 된다고 생각하기 쉽다. 그러나 흡연의 부산물은 **연기와 입자**라는 두 가지 형태가 있다. 담배연기만 피한다고 능사는 아닌 것이다.

◆ 2차 뿐 아니라 3차 흡연도 악영향

담배의 독성 입자들이 피부, 모발, 옷, 카펫 또는 흡연자의 차량 내부에 입자 형태로 묻어서 시간이 지나도 변하지 않고 냄새나 접촉을 통해서 제3자에게 전달된다(3차 흡연). 외부에서 흡연을 하고 들어온 사람과의 접촉으로 피부에 묻은 각종 발암물질들이 체내로 흡수돼 건강에 나쁜 영향을 미치게 된다.

담배 연기는 **주류연**과 **부류연**으로 구성된다. 주류연은 흡연자가 들이마신 후 내뿜는 연기이고, 부류연은 타고 있는 담배 끝에서 나오는 생담배 연기를 말한다. 간접흡연은 부류연이 85%, 주류연이 15%를 차지한다. 부류연은 필터에 의해 걸러지지 않은 생연기이고 또한 저온에서 타서 불완전 연소하므로 독성물질의 양이 주류연보다 더 많다.

그리고 담배 연기의 입자도 부류연이 더 작아서 폐의 더 깊은 부분에 영향을 미칠 수 있다. 일반 실험실에서 분석해보면 부류연의 독성물질은 부류연에 비해 일산화탄소는 8배, 암모니아는 73배,

디메틸나이트로자민은 52배, 메틸나프탈렌은 28배, 아닐린은 30배, 나프탈아민은 39배 정도 높다.

◆ 간접흡연, 암은 물론 유산률도 높여

간접흡연자의 소변에서 담배의 발암물질이 검출되는 것으로 보아 직접흡연과 마찬가지로 간접흡연도 폐암과 구강암, 후두암, 인두암, 소아암, 자궁암, 유방암 등과 관련이 있을 것으로 추정하고 있다.

그 중에서도 특히 **폐암**의 위험도가 높는데, 최근 약 16만 여명의 한국인 여성을 대상으로 조사한 연구에서 남편의 흡연상태에 따른 폐암 위험도는 현재 흡연 남편을 둔 경우 비흡연 남편을 둔 여성에 비해 약 2배의 폐암 발생 위험이 있으며 특히 30년 이상 흡연하는 남편을 둔 비흡연 여성은 3배 정도의 폐암발생 위험도가 관찰됐다.

또한 임신부의 **간접흡연**은 태아에게 여러 악영향을 끼친다. 우선 담배연기 속에 있는 **니코틴**이 태반혈관을 수축시켜 태아의 발육에 필요한 산소의 공급을 제한한다. 또한 담배연기 속에 있는 **일산화탄소(CO)**가 혈액 내 헤모글로빈과 결합해 저산소 상태를 악화시키고 연기 속의 여러 화합물이 태아에게 전달되어 발육에 지장을 초래한다.

때문에 임신부는 흡연경력이나 임신기간의 길고 짧음을 떠나서 자신과 태아의 건강보호를 위해서 배우자의 실내흡연을 허용해서는 안 되며, 임신부가 있는 가정에서는 임신부의 간접흡연 방지를 위해 각별한 주의를 기울여야 한다.

[출처] 하이닥 기사 발췌

2022. 5. 30.

이 리 영 등 초 등 학 교 장

가족과 함께 하는 흡연예방퀴즈대회

학년 반 번 이름

♥ 가로 ♥

- ① 담배를 피는 사람이 ○○○에 감염된 경우 더 위험하다고 해요! ○○○는 전세계를 위협하고 있는 질병입니다.
- ② 담배에 들어있는 유해물질. 연탄가스과 같은 물질로 산소운반을 방해하고, 뇌에 산소가 부족하게 만들어 기억력과 집중력을 감소시켜요.
- ③ 담배를 피는 것을 배우지 않도록 미리 예방하고 지도하는 것. 가정통신문에도 이 말이 적혀있죠?
- ④ 병원체(병균, 바이러스)가 여러 사람에게 옮겨가며 유행하는 병
- ⑤ 나는 안 피우는데 담배를 피우는 사람 옆에만 있어도 나도 담배 피우는 사람처럼 건강이 나빠진대요.
- ⑥ 감기 걸렸을 때 나타나는 증상. “쿨룩 쿨룩” 이것을 할 때는 손수건이나 화장지로 가리고 하세요.
- ⑦ 금연구역에서 흡연을 하면 적발시 ○○○는 2만원
- ⑧ 타고 있는 담배 끝에서 나오는 생담배 연기, 독성 화학물질이 더 많아 더 해롭죠.
- ⑨ 암을 발생시키는 물질이라는 뜻입니다. 담배속의 타르가 그 대표적인 물질입니다.
- ⑩ 법에 의해 흡연이 금지되는 구역이에요. 학교도 여기에 속해요!

♥ 세로 ♥

- ㉠ 담배 속에 들어있는 유해물질. 이 물질 때문에 중독이 되어 끊기가 힘들어요. 아예 시작을 말아요.
- ㉡ 담배 피는 사람들이 매년 1월 1일 이것을 결심하죠. “올해는 꼭 ○○할꺼야”.
- ㉢ 의사가 어떤 약을 어떻게 얼마만큼 사용할 것인지 지시하는 문서. 이것을 가지고 약국에 가죠.
- ㉣ 우리나라 국기 이름. ♪○○○가 바람에 펄럭입니다.
- ㉤ 담배를 처음 우리나라에 전파한 나라죠. 우리나라에는 임진왜란 때 들어왔답니다.
- ㉥ 맛을 내기위해 식품에 여러 화학물질을 넣는 것. 많이 사용시 몸에 나빠요.(초성: ㅎㅎㅎㄱㅇ)
- ㉦ 질병 유행을 막기 위해 미리 면역관련물질을 넣어주는 것, 인공적으로 주사를 맞는 것. 코로나가 유행하는 것을 막기 위해 ○○○○을 맞아야 해요!
- ㉧ 담배○○ 없는 건강한 세상 만들기, 이리영등초등학교가 앞장섭시다!
- ㉨ 우리 모두 처음부터 잘할 수는 없죠. 무엇이든 열심히 ○○해야죠. (익숙하도록 계속 ○○하는 것)
- ㉩ 폐에 발생하는 암. 이 암의 90%는 담배 때문이랍니다.
- ㉪ 가깝게 오래 사귀는 사람. 청소년은 ○○의 권유로 담배를 시작하기도 해요. (영어: friend)

㉠						㉡		㉢				㉣				㉤			
①						③													
												④							
②		㉥				㉦			㉧			㉨		㉩			㉪		
																㉫			
						⑤						㉬							
												⑥					㉭		
															⑩				

가족과 함께 문제를 푼 후 답지는 **2022. 6. 7.(화)까지 보건실 퀴즈 응모함**에 제출하면 정답자에게 소정의 상품을 드립니다.