

가정과 함께하는 흡연예방교육



퀴즈를 풀어 **담당선생님께 10월 23일(금)까지 제출해주세요.** 제출한 친구들 중 주
침을 통해 선물을 드립니다. (정답은 10월23일 학교홈페이지 보건소식에 탑재)

♥ 꼭 같이 살고 있는 어른과 함께 풀어요~~ ♥

학년 반 이름:

☞ 다음 O. X 문제를 풀어 보세요.

1. 담배를 피우고 있는 사람 옆에 있어도 괜찮다. ()
2. 담배를 밖에서 피고 오면 다른 가족은 아무런 피해가 없다. ()
3. 어릴 때 담배를 피우면 어른이 되어서 피우기 시작한 것보다 훨씬 해롭다. ()
4. 담배의 성분 중 타르는 폐암을 일으킬 수 있다. ()
5. 담배에 중독되는 이유는 담배의 성분 중 니코틴 때문이다. ()
6. 담배를 피우는 사람이 담배를 피우지 않는 사람보다 많다. ()
7. 담배를 피우면 입에서 좋지 않은 냄새가 날 수 있다. ()
8. 담배의 성분 중 뇌와 몸 곳곳에 산소를 부족하게 하여 성장발육에 나쁜 영향을 미치는 물질은 일산화탄소이다. ()

* ** 담배 속 유해물질

- 담배는 가공하는 과정에 특유의 담배 맛을 내기 위하여 화학물질을 첨가합니다. 담배가 타면
서 4,000여종의 화학적 유해물질이 발생하며 이중에는 20여가지의 발암물질이 있습니다.
- 인체에 해로운 대표적 3가지 성분
 - (1) 타르: 폐암을 일으키는 발암물질. 오랜 흡연자의 치아를 노랗게 물들이는 물질.
 - (2) 니코틴: 담배중독의 원인, 말초혈관을 수축시켜 혈압을 높이고, 콜레스테롤을 증가시켜
동맥경화증을 악화시킨다.
 - (3) 일산화탄소: 연탄가스과 같은 물질, 혈액 산소운반 방해, 두통·현기증·기억력 감퇴·만성피로 등

**** 3차흡연이란?**

- 흡연을 할 때 발생하는 독성물질 중 가스형태의 화학물질은 벽, 가구, 옷, 장난감, 집 먼지 등의 표면에 달라붙을 수 있습니다. 흡연이 끝난 이후에도 실내 환경에서 장기간 흡연에 의한 오염물질이 배출될 수 있는데, 이를 3차흡연이라고 정의하고 있습니다.



**** 전자담배의 오해와 진실**

- **금연보조제가 아니다!** 전자담배는 담배사업법에 따른 담배의 종류이며, 기존 담배와 동일한 규제대상입니다. 금연보조제의 역할로 그 안전성과 효과성이 입증된 바 없습니다. 오히려 1회 흡연시 정해진 니코틴 흡연량이 없어 니코틴 흡수량을 가늠하기 어려워 **중독**을 악화시킬 수 있습니다.
- 일반 담배보다 덜 해롭다? 전자담배는 발암물질, 독성화학물질을 포함하여 **연초담배에 없는 유해성분도** 검출되었습니다. (사용자에게도 주변인에게도 무해하지 않습니다.)

**** 코로나19와 흡연**

- 흡연자들은 담배를 피우기 위해 마스크를 벗고, 입 주변에서 손을 반복적으로 움직이기 때문에 흡연을 하는 것만으로도 **바이러스에 노출될 확률이 증가**합니다.
- 흡연자는 **코로나19 감염증 고위험군**입니다. 흡연자가 코로나19에 감염될 경우 중증 이상으로 발병할 확률이 14배나 높고, 치명도와 관련이 있습니다.

가정에 흡연자가 있는 경우 자라나는 학생들은 성인보다 건강에 미치는 영향이 심각합니다. 사랑하는 자녀들의 건강을 위하여 가정에서도 흡연예방 및 금연에 함께 동참하여 주시기를 부탁드립니다.

2020. 10. 12.

전 주 오 송 초 등 학 교 장