

온가족 흡연예방 퀴즈대회 정답(1~3학년)

1. 담배를 피우고 있는 사람 옆에 있어도 괜찮다. (X)

☞ **간접흡연**의 피해가 있습니다. 간접흡연이란 **담배제품 연기**와 **흡연자가 내뿜는 연기**를 비흡연자가 마시는 것을 말합니다. **연기 속 유해물질**은 수천가지이며, 지속적으로 노출 시 **폐암, 후두암** 등을 발생시킬 수 있습니다. 암 이외에도 소아에서 **천식 악화, 폐렴 발생** 및 성인에서 **뇌심혈관계질환**을 발생시키거나 악화시킬 수 있습니다. **담배 연기를 피하세요!**

2. 담배를 밖에서 피고 오면 다른 가족은 아무런 피해가 없다. (X)

☞ **3차흡연**의 피해가 있습니다. 흡연 시 발생하는 수많은 유해물질은 흡연자의 몸, 옷, 물건, 먼지 등의 표면에 달라붙어 다시 공기 중으로 배출됩니다. 밖에서 피고 와도 흡연자의 옷 등에서 유해물질이 장기간 배출되는 것입니다. **사랑하는 자녀들의 건강을 위하여 금연에 함께 동참해주세요!**

3. 어릴 때 담배를 피우면 어른이 되어서 피우기 시작한 것보다 훨씬 해롭다. (O)

☞ 어릴 때 담배를 피우면 정신적이나 신체적으로 미성숙한 상황에서 담배 중의 유해물질에 노출되어, 중독성과 건강위해의 심각성이 커질 수 있습니다.

- ① 암 발생 가능성이 증가합니다: 15세에 흡연을 시작한 경우가 25세에 흡연을 시작한 경우보다 폐암이 발생할 가능성이 3배 정도 높습니다.
- ② 적은 양의 담배를 피우더라도 니코틴에 의존될 확률이 더 높아짐(=중독되기 더욱 쉬움)
- ③ 성장과 발육에도 안 좋은 영향: 키가 평균 2.54cm 작은 편
- ④ 스트레스 해소 NO! 우울증을 유발한다 : 니코틴이 중추신경계에 직접적인 영향을 미쳐 우울증을 유발하거나 자살에 영향을 미치기도 한다.

4. 담배의 성분 중 타르는 폐암을 일으킬 수 있다. (O)

5. 담배에 중독되는 이유는 담배의 성분 중 니코틴 때문이다. (O)

☞ 담배는 가공하는 과정에 특유의 담배 맛을 내기 위하여 화학물질을 첨가합니다. 담배가 타면서 4,000여종의 유해물질이 발생하며 이중에는 20여가지의 발암물질이 있습니다.

- 타르: 폐암을 일으키는 발암물질. 오랜 흡연자의 치아를 노랗게 물들이는 물질.
- 니코틴: 담배중독의 원인, 말초혈관을 수축시켜 혈압을 높이고 콜레스테롤을 증가시켜 동맥경화증을 악화시킨다.

6. 담배를 피우는 사람이 담배를 피우지 않는 사람보다 많다. (X)

☞ 담배를 피우지 않는 사람이 더 많습니다. 비흡연자는 타인으로부터 담배 연기를 마시지 않을 권리가 있으며, 흡연이 금지된 장소에서는 흡연자에게 담배를 피우지 않도록 요구할 수 있습니다.

7. 담배를 피우면 입에서 좋지 않은 냄새가 날 수 있다. (0)

☞ 담배성분은 혀 돌기의 길이를 늘리는데, 그 사이에 음식물이나 세균이 끼며 심각한 구취를 유발하게 됩니다. 또한 담배연기를 지속적으로 들이마시면 입 속의 침이 마르는 구강건조증이 입냄새의 원인이 됩니다.

8. 담배의 성분 중 뇌와 몸 곳곳에 산소를 부족하게 하여 성장발육에 나쁜 영향을 미치는 물질은 일산화탄소이다. (0)

☞ 담배의 유해물질 중 일산화탄소

- 혈액의 산소 운반을 방해하여 뇌의 만성 저산소증을 일으킵니다.
- 기억력이 나빠지고 학습능력이 떨어집니다.
- 항상 피곤을 느끼며, 뇌졸중을 일으키기도 합니다.