

흡연과 성인병예방 국제심포지엄

담배소비자 건강보호 어떻게 해야 하나?

1980년대 포식(飽食)의 시대가 도래되면서 식문화(食文化)에 대한 관심이 고조되고 있다.

특히 세계 모든 나라로부터 흘러 넘쳐 들어 오는 식량은 우리 고유의 식생활체계를 무너뜨렸으며 성인병이나 화분증, 식물아르레기와 함께 발발하는 건강정보는 자신을 갖고 산다는 소중한 것을 빼앗아 가고 말았다.

건강은 생활환경이 좋지 않으면 증진은 커녕 유지도 어렵지만 오염된 공기나 물은 개인의 힘만으로는 어쩔 수가 없다. 여기서 식문화가 건강유지의 큰 힘을 갖고 있다고는 하나 동물인 사람의 신체는 전혀 고려치 않고 있다.

문화라는 것은 신체외적인 문제여서 아무리 그럴듯한 요리 그 처리를 하는 당사자 또한 사람이라는 점을 감안할 때 문화나 기술이 식생활을 알려줌으로써 오히려 건강을 해치는 결과를 가져오는 것들에 주목해야 한다.

더우기 서구화된 그들은 생활은 기존의 식생활 체계를 무너뜨리고 그 결과는 각종 성인병이라는 형태로 다가오고 있는 것이다.

내가 저술한 身土(신토)라는 말은 일반적인 얘기가 아니다. 한마디로 신체(身體)의 신(身)과 환경(環境·土·氣)은 불가분의 것이라는 뜻이다. 간단히 말해 우리가 살고 있는 10리(우리의 1백리) 4방에 있는 것을 먹고 살면 건강할 수 있다고 생각한 경우가 많다. 신토불이(신토불이)는 일본이나 한국사람 외에도 세계 각국에 사는 사람들이 실천해 온 식문화(食文化)였다. 다양한

것은 일본이나 한국의 풍토가 구라과처럼 춤지 않고 중동(中東)이나 사하라처럼 건조하지 않다는 것이다.

오늘과 같은 각종 건강문제는 운택한 자기 나라만의 식생활 체계를 하루 아침에 버리고 서구 지향적인 식생활 문화를 추구한 데 따른 것이다.

최근에 전세계적으로 거론되고 있는 흡연문제도 따지고 보면 각종 성인병등 근질적인 퇴행성 질환에 대한 두려움에 기인한 것이며 각종 담배역의 논리도 결과적으로는 흡연자제만의 문제라기보다는 기존의 식문화 체계의 혼란에서 비롯된 다 하겠다. 따라서 흡연자의 건강보호 문제를 신토불이(身土不二)체계 속에서 고찰해 보고 그 대안을 찾아 낼 수만 있

그런 교육을 받은 지도자가 구미 일반도로 변화한 데 그 이



烏田彰夫 (日九州宮崎 교수)

유가 있다 하겠다. 일본뿐만 아니라 동양에서는 종합적 사고가 보다 중시되어 왔다.

예를 들어 서양의학에서는 치료목적에 적합한 것을 분석

람들의 얘기를 듣고 일본 사람들 자신들이 "식생활이 정말 빈약한 것"처럼 착각을 일으키게 한 데 문제가 있다.

오래 전 동경대 의학부 전신인 동경의학대에 부임한 독일 의사 베르츠는 "일본인 여성처럼 것이 많이 나는 민족은 본 일이 없다"고 지적했다. 베르츠가 비꼬는 것은 독일은 비록한 유럽이다. 예외가 없고, 리라.

모우가 충분히 한다는 것은 동양인물인 서양인(西양人)에 의한 과학 조건의 하나로 동양 사람의 식생활의 기본이 되어 있다는 반증임에도 불구하고 지금 일본에는 모우조차 갖지 않는 여성이 많아졌다는 점에서 기본적인 식생활체계가 무너졌다고 해도 과언이 아닌 것

다는 종합적 사고에서 접근되어야 한다고 본다.

일본인의 성인병을 통해 본 주장

폐암 발병은 緯度와 관계 있고 赤道에서 멀수록 死亡率 높다

식생활 방식은 어떤 의미에서든 종합의 선택이랄 수 있다. 그러기에 성인병은 한반도 한 자락이라고까지 말한다. 식과 약마다 영향을 미치지만 그 영향이 다르다. 동양인물인 서양인(西양人)에 의한 과학 조건의 하나로 동양 사람의 식생활의 기본이 되어 있다는 반증임에도 불구하고 지금 일본에는 모우조차 갖지 않는 여성이 많아졌다는 점에서 기본적인 식생활체계가 무너졌다고 해도 과언이 아닌 것

1950년대까지 서양(西洋) 제 1위는 걸렸었지만 다음해인 1951년부터 뇌혈관질환이

《제4주제》 식생활(신토불이) 측면에서 본 흡연자 건강보호

동양적 思考 다시 챙겨보는 지혜가 건강확보의 지름길

다면 그 이상의 방책은 없을 것이다.

종합적 사고와 분석적 사고

건강의 개념이 개인의 가치관이나 인생 경험에 따라 다르다는 것은 당연하지만 건강이란 것이 이토록 알기 어렵게 된 것은 명치유신으로 이어진 개화로 많은 구미 학자들이 일본에 찾아와, 기술과 더불어 분석적 사고방식을 강요하고

적으로 끌어내어 가급적 손도가 높은 것을 쓰려고 하는 반면 동양의학에서는 무통·발열 등 같은 증상이라도 어떤 사람이 머리가 아프고 열이 나는지를 확인하고 사람에 따라 약의 종류나 약을 조절한다.

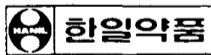
물론 분석적 사고나 종합적 사고에 우열이 있을 수 없겠으나 문제는 이런 생각이 의학분야에만 국한하고 있지 않다는 데 그 문제가 있다. "일본사람의 식탁이 빈약하다"는 구미사

정이다. 어떤데 약이... 한... 이다. 게다가 어떤 약을... 어떤 약함을... 하는 것은... 개념이... 도 그것이 종합적이라는... 반론의 여지가 없다. 종합적 사고는 서양인보다 동양인이 우위에 있고 따라서 동양적 사고를 다시 챙겨보는 지혜가 건강확보의 지름길인 판다고 볼 때 금연논리나 담배역의 또한 직접적으로 분석적인 사고로

다가 되어... 로 접어들었다. 이 변화는 식생활의 영향이라고 보다는 환경물질의 보급에서 더 큰 영향을 찾을 수 있다.

뇌혈관질환의 시대는 30년간 계속되고 1981년부터는 악성신생물(癌腫)이 제 1위였고 85년에는 심장질환이 1위가 되고 뇌혈관질환은 3위로 물러났다.

(11면에서 계속)



만드시 의사·약사에게 상담하고 "사용상의 주의사항 및 부작용"을 잘 읽은 다음 사용하시기 바랍니다.

당뇨성 신경장애, 신경통으로 고생하십니까?

당뇨환자의 80% 이상이 다음과 같은 당뇨성 신경장애 증상을 보입니다.

- 팔다리에 무력감증, 저림, 근육통이 나타난다.
  - 시력이 떨어지며 몸체가 이중으로 보인다.
  - 발기부전증이 나타나며 배뇨가 곤란해진다.
- 이런 증상은 신경조직의 손상이 원인이므로 신경조직을 재생시켜 주어야 개선될 수 있습니다.

비타민제는 당뇨병으로 손상된 신경조직에 활력을 줍니다.

비타민에는 당대사를 촉진하며 신경세포의 ATP대사에 작용하는 베포티아민, 신경전달물질의 대사에 관여하는 엽산 피리독신, 신경해의 합성 및 신경조직을 재생하는 시아노코발라민 등의 신경비타민이 고단위로 함유되어 있어 당뇨성 신경장애, 신경통, 기타 소모성질환의 예방과 치료에 뛰어난 효과를 발휘합니다.

이래서 고단위, 약효도 다릅니다.

비타민제 50mg 1캡셀당 성분·함량	
베포티아민	69.15mg
엽산피리독신	50mg
시아노코발라민	500µg

당뇨성 신경장애, 신경통, 기타 소모성질환 치료제



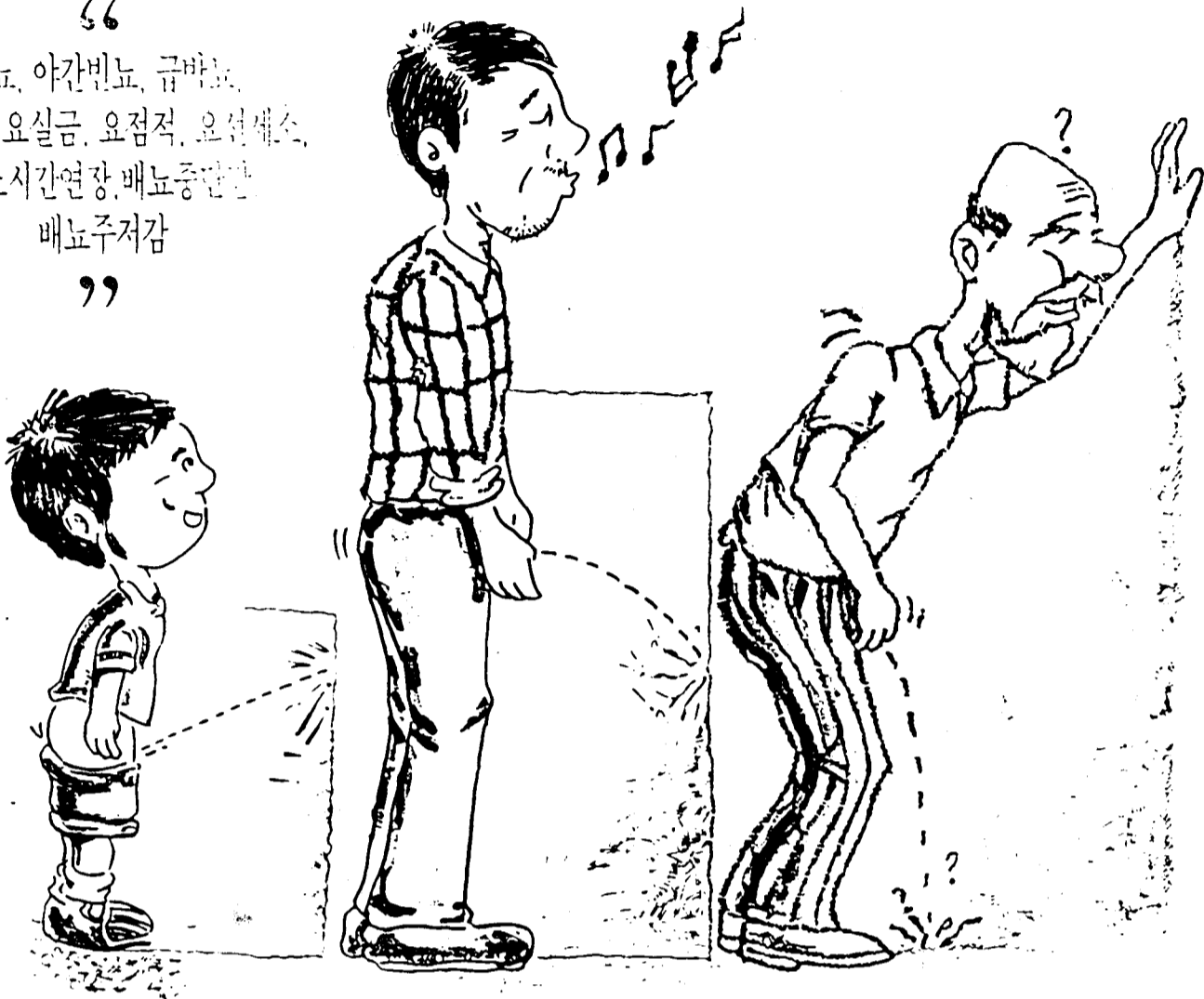
· 표준소매가격 50mg, 100캡셀 / 23,000원



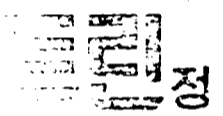
"비타민제"에 대한 안내책자를 보내드립니다.

서울 성동구 성수 1가 2동 656-408 한일약품(주) 마케팅부 "비타민제" 담당자  
전화번호: (02)4609-786-8

“  
 빈뇨, 야간빈뇨, 급박뇨,  
 잔뇨감, 요실금, 요점적, 요선세소,  
 배뇨시간연장, 배뇨중간간,  
 배뇨주저감  
 ”



# 美FDA승인 전립선비대증 치료제



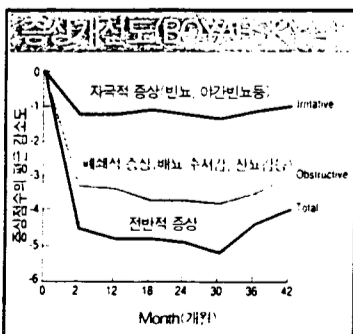
하이트린 정은 전립선비대증 치료에 있어 미국비뇨기학회의  
 1차 선택약으로 추천되고 있습니다.

제91회 미국비뇨기학회(AUA)의 보고에 따르면, 미국내 31개 재향군인 병원의  
 환자 1,229명을 대상으로한 비교 임상실험에서 1, 2차 결과 모두 탁월한  
 증상개선을 보인 것은 하이트린 뿐이었습니다.

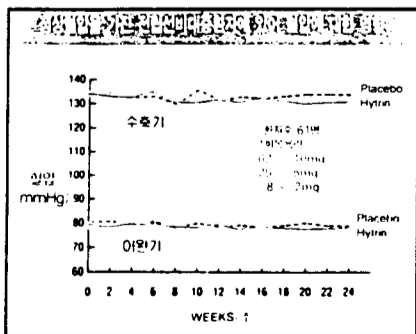
## 하이트린의 특징점

- 복용 후 2주이내 증상이 개선되며, 효과가 지속적입니다.
- 편리한 1일1회 요법으로 수술의 부작용이나 번거로움이 없습니다.
- 100여 가지의 다른 약물과 병용 투여해도 부작용 없이 안전합니다.
- 전세계 50개국 이상에서 전립선비대증 치료제로 하이트린을 사용하고 있습니다.

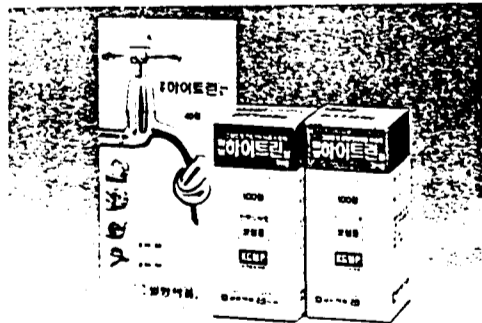
## Well-tolerated Long-term & Safe Therapy



**장기투여에 적합한 지속성**  
 42개월 동안의 장기투여에서 대부분의 환자가  
 모든 증상개선이 지속적으로 유지되었습니다.



**심혈관계에 안전**  
 하이트린은 고혈압을 정상수준까지 낮춰주지만  
 정상혈압에는 거의 영향을 미치지 않습니다.



성분·함량 : 1mg정 : Terazosin 1mg, 2mg정 : Terazosin 2mg  
 효능·효과 : 양성전립선비대증, 경도내지는 중등도의 고혈압증치료

표준소매가 : (40정) 39,600원  
 보험약가 : (100정) 381원/1mg, 563원/2mg

제조판매원



기술원료공급원



흡연과 성인병예방 국제심포지엄

담배소비가 건강보호 어떻게 해야 하나?

(9면에서 계속)

악성신생물이나 심장질환은 식생활과 밀접한 관계가 있으며 악성신생물은 과장된 표현 같지만 전신 아무데서나 생기기 쉬우며 생김부위에 따라 위암이나 유암이다, 폐암이다, 라고 구별한다.

일본의 악성신생물 중에 가장 많은 것이 위암이다. 1988년의 경우 암으로 인한 사망자 중 남자는 4명 중 1명, 여자도 4.5명 중 1명이 각각 위암이며 폐암과 결장암, 유방암 등이 증가 추세에 있다.

이중 폐암에는 담배해악설이 파다하지만 세계적인 폐암 사망률 분포를 알아보면 특히 남자의 경우 위도(緯度)와 관계가 크고 적도(赤道)에서 멀어질수록 사망률이 높다.

담배 흡연율이 위도와 상관이 없다는 것을 보면 담배와 관계가 없는 것이 아닐지라도 그 저변에 어떤 식생활로 다듬어진 신체에 담배가 작용했을 때 영향이 크게 나타난다는 것을 알아야 한다.

덧붙여 말하면 일본인과 미국인, 영국인을 비교해 보면 1987년도 남성의 경우 일본의 폐암 사망률이 인구 10만명당 38.7명인데 비해 미국인이 73.6명, 영국인이 101.4명으로 나타났다. 이것은 일본인의 폐암 사망률이 증가하기 시작한 후의 수치이고 그 이전에는 그 차이가 더 컸었다.

흡연율을 알아볼 때 일본인 66%(1984년), 미국인은 35%(1983년), 영국인 38%였다.

물론 흡연이 영향을 미쳤다고 해도 흡연 후 바로 암에 걸리

항을 미친다면 세계 각국의 상대 위험도에 이토록 큰 차이는 생기지 않았을 것이다.

일본인의 폐암 사망률의 추이를 후생성이 작성한 사망률 자료로 살펴보자.

인구 10만명당 수치로 볼 때 1950년에 1.9이던 것이 1988년에는 17.9에 달하고 있다. 암사망자에 대한 위험 비율로 따져 볼 때 2.4%에서 20%로 급상승한 것으로 나타나고 있다.

폐암은 호흡기 질환이 아니라 식생활과의 관계가 적다고 말

다고 생각한다.

특히 한국의 경우는 폐암보다도 위암이 훨씬 많은 추세라고 볼 때 구미의 자료를 근거로 한 담배해악 논리는 한국의 실정에 맞게 수정되는 것이 좋다고 본다.

모든 발암에 직·간접적인 영향을 미친다며 흡연피해로 대두되고 있는 각종 암의 발병과 진행 추세의 관찰을 통해 관련 그 원인이 어디 있는가를 규명하고 건강보호의 실체가 무엇인지를 알아보면 대부분이 갑작스런 서구식 식

제국에서는 1위인 경우가 많다.

후생성 자료에 의하면 심장질환은 만성류마티스성 질환과 허혈성질환 기타 심장질환으로 대별되어 있다.

심장질환 전체로 보면 1987년 인구 10만명당 사망률은 118.4인데 비해 미국인이 302.8, 오스트리아가 353.4, 서독 362.5, 노르웨이 351.9, 잉글랜드웨일즈 355.8, 스웨덴 421.5로서 일본의 3~4배임을 알 수 있다.

이와같이 현재 일본에서 중

다.

앞서 말한대로 미국의 사망원인의 제 1위가 심장질환이다. 심장질환을 감소시키는 것은 미국인의 건강상태 개선의 한 방법이기도 하다. 그래서 미국 상원의 영양문제특별위원회는 대규모의 조사를 통해 어떠한 식생활을 하는 것이 좋을 까를 검토하게 되었다. 그리고 조사결과가 1977년에 공표되었는데 이 위원회가 설정한 식사목표는 에너지 구성비가 열거된 일본인의 그것과 유사하다 하여 갑자기 "일본형 식생활의

폐암에 담배는 주범 아닌 중범

폐암 사망률의 상승은 흡연 원인보다 식생활 변화가 그 원인 흡연을 가장 높은 일본 사망률이 미국, 영국 보다 낮은 경향

한 사람도 있다. 그러나 체질(體質) 해석이 어려운 말이지만)까지 포함한 사람의 신체는 유전과 환경에 의해 결정되고 환경요인 가운데 식생활이 가장 큰 영향을 미치고 있다.

1950년부터 폐암사망률이 10배 가까이 되고 있지만 흡연율이 10배 이상 상승된 것은 아니다. 이렇게 볼 때 폐암 사망률의 상승은 흡연 원인보다는 식생활 변화에 그 원인이 있었던 것이다.

더욱이 금연논리가 처음 파생된 영국과 강력한 금연정책을 구사하는 미국의 폐암 사망률이 일본보다 높다는 것은 무

활 전환에 기인하고 있음을 알 수 있다.

결장암도 일본에서는 적은 암이었으나 최근 현저하게 증가추세를 보이고 있다.

1950년에 인구 10만명당 정정사망률(訂正死亡率)이 남자 1.5이던 것이 1988년에는 5.2로 여자도 2.0에서 4.9로 증가했다. 1987년 사망률은 일본인 남자 10.8, 미국인 20.0, 영국인 20.7이었으며 여자의 경우 각각 10.1, 19.8, 24.5로 미국이나 영국인의 사망률이 일본인에 비해 약 배임을 알 수 있다.

유방암의 경우를 보면 1950년 일본인 여자의 사망률은 3.

가추세에 있는 암이나 심장질환을 보면 역사적으로는 그 옛부터 구주제국에서 그 사망률이 높았던 것을 알 수 있다.

이러한 배경에는 식생활 특히 육류(肉類)와 유류(乳類)를 많이 먹고 채식이 적은 구라파의 식생활에 원인이 있다는 것이 명백하다.

일본인이 모델로 해왔던 식생활은 한냉하고 사람에게 적절한 식용식물이 자원이라는 점에서 보면 불모지라 할 수 있는 구라파의 것과는 다른 것이었다. 미국은 구주인이 구라파 문화를 갖고 이주한 나라이다. 그들의 식생활 모

재검토"가 대두되게 되었다. 불행하게도 일본형 식생활의 재검토라는 발상은 일본에서 나온 것이 아니었다.

제2차 세계대전 전(前)에는 구라파 특히 독일, 전후(戰後)에는 미국을 목표로 설정해 온 일본 지도자에게는 큰 충격이 아닐 수 없었다.

당시 미국의 식사를 에너지 구성비로 보면 지방 42%, 단백질 12%, 탄수화물 46%였다. 지방은 포화지방 16%, 불포화지방 26%, 탄수화물은 설탕이 24%, 전분과 같은 복합탄수화물이 22%에 불과했다. 즉 에너지의 4할을 설탕과 동물성 지방에서 섭취했던 것이다.

일본에서는 1980년대 당시 지방에너지 23.6%, 단백질 14.9%, 탄수화물 61.5%로서 1979년 개정된 영양소요량에서는 지방 20~25%, 단백질 12%, 탄수화물 62~68%였다. 제시된 목표는 포화지방 10%, 불포화지방 20%, 단백질 12%, 복합탄수화물 40~45%, 설탕 15%였다. 즉 식사 구성에서 지방이 많은 육류등의 동물성 식품과 설탕을 대폭 줄이고 전분을 종전의 배로 섭취하라는 것이다. 미국인에게는 식사 개선이라기 보다는 식사혁명과 같은 것이었다.

이와 같은 식사 목표가 설정되리라고 예측은 못했지만 중요한 상징인 지방섭취를 현재의 7할로 줄이고 전분을 배로 먹으라고 한 것은 확실히 용기있는 행동이기도 하다.

(12면에서 계속)

신체는 유전, 환경에 의해 결정되고 그 중 식생활이 가장 큰 영향 강경한 금연정책 구사하는 미국의 폐암 사망률이 일본보다 높아 즐거운 흡연생활 위해 서구적인 식생활 습관 개선해야

는 것은 아니므로 이것을 그대로 사망률과 비교할 수는 없는 것이나 가장 흡연율이 높은 일본인의 폐암 사망률이 미국, 영국보다도 낮은 경향은 장기간에 걸쳐 계속되고 있다.

어떠한 것의 위험성을 나타내는 지표에는 상대 위험도가 있다.

흡연의 폐암에 대한 상대 위험도는 영국이 20.2, 미국 9.6, 일본은 남자가 4.1, 여자가 2.1로 되어 있다. 즉 일본인 남성의 경우 흡연자는 비흡연자에 비해서 폐암으로 사망할 확률이 4.1배나 된다는 것이다. 금연 논리대로 흡연이 폐암에 영

향을 의미하는지 짐작해 볼 필요가 있다.

1년간 소화기관을 통과하는 음식물이나 차(茶)등의 양은 평균으로 보아 약 1톤에 달한다. 엄청난 양이 아닐 수 없다. 일종의 종말하수관으로 이어진 소화과정 중 무엇이 우리의 몸을 쇠퇴하게 하는지 그 이유는 자명해진다.

이렇게 볼 때 금연논리와 담배해악의 주종으로 대두되고 있는 폐암에 대해 담배는 중범은 될 수 있을지언정 주범은 아닌 것이며 마치 흡연이 모든 허혈성 질환과 발암의 주전적 가해자로 모는 데는 문제가 있

3. 1988년에는 5.1로 증가했다. 1987년 비교에서는 일본인 여자 8.5, 미국인 32.8, 영국인 53.4로 미국인은 약 4배, 영국인은 6.5배에 달한다.

결장암이나 유방암은 육류나 우유등의 섭취량과 가장 밀접한 관계를 나타내는 암으로서 육류·우유의 섭취역사가 긴 구미에서는 이전부터 암 사망률 가운데 주요한 부분을 점해 왔다. 여기서 말한 암뿐만 아니라 암전체로 봐도 구미의 사망률이 일본보다 훨씬 높다.

심장질환도 일본인의 사망원인 중 2위가 되어 있지만 구미

델도 구라파의 그것이요 그들이 인디안으로부터 빼앗은 광활한 토지는 구라파에서의 풍요로운 식생활 문화를 실현시켰다.

암이나 심장질환이 식중독과 달리 증상이 곧 나타나는 것이 아니다. 식생활의 구미화에서 몇 년이 지나면 질병의 구미화로 나타날 것이다. 이러한 제반 현상이 현재의 암이나 심장질환에 의한 사망률 증가의 주된 원인이 되고 있는 것이다. 다시말해 이와 같은 질병에 의한 사망률은 사람의 식성과 식생활과의 차이가 얼마나 큰 것인가를 보여주는 것이기도 하

흡연과 성인병예방 국제심포지엄

담배소비자 건강보호 어떻게 해야 하나?

흡연위생문제의  
경위와 흡연현황

담배가 문명사회에 들어온지는 약 500년이 되었다. 도입 초기에는 흡연이 사람의 품위를 높여주는 것으로 인식되어 주로 상류사회에서 애용되었으며, 민병통치의 영약으로 취급되던 때도 있었다. 그러나 1950년대에 들어 역학조사라는 새로운 학문이 정립되면서 흡연이 건강에 미치는 영향에 대하여도 관심을 가지게 되었고 그 결과를 몇몇 질환에 대하여 그 발생위험성을 높이는 risk factor로 인식되기 시작하였다. 그후 지난 40여년 동안 세계 각국에서는 담배를 끊게 하려는 운동이 끊임없이 추진되었으며 80년대부터는 정부차원의 흡연대책으로 흡연규제가 시행되기 시작하였다. 이와같은 부단한 금연운동의 노력에도 불구하고 각국의 흡연율은 크게 감소되지 않고 있으며 담배는 여전히 남녀노소가 가장 즐기는 세계 최대의 기호품으로 남아있다. 더구나 일본의 경우는 1995년을 기점으로 매년 감소되던 흡연율이 다시 큰 폭으로 증가하는 추세로 돌아섰다. 우리나라의 경우 성인 남성의 70% 이상이 담배를 즐기고 있으며 한 조사에 의하면 담배를 끊기를 원하는 사람과 계속하기를 원하는 사람이 반반이라고 한다. 이와같은 흡연

흡연자의 건강을 위해서 사용되지는 않을 것 같다. 금연운동단체는 담배를 끊으면 대부분의 보건의료문제가 해결될 것 같이 주장하고 있다. 만약 담배가 정말로 그렇게 해로운 것이라면, 더구나 국민건강증진기금은 당연히 담배를 피우는 사람의 건강보호를 위해 우선적으로 사용되어야 한다. 또한 애연가의 건강을 증진시키는 일은 무엇보다도 의료인의 역할이 크다. 따라서 이제 의료인들은 금연일변도의 흡연위생연구에서 보다 적극적이고 실질적인 자세전환이 요구된다. 이 연구는 정책결정을 위해 답을 정해놓고 결과를 유도하는 식의 것이 아니고 금연운동을 주도하는 의료인들을 의

흡연위생연구의 현황을 살펴 보면 실험동물을 이용한 기



이 동 옥  
(한국인삼연초연구원 생화학실장)

과학적인 연구를 수행한 예는 전무한 상태이다. 우리나라가 흡연위생분야의 연구에 있어서 이와같이 열악한 상태에 있으면서도 세계에서 흡연규제가 가장 강한 나라중의 하나로 된 것은 특이할 만한 일이다. 흡연과 관련된 보건정책을 결정함에 있어서 대부분의 경우 아마도 외국에서 이루어진 연구결과들을 우리나라에 그대로 인용 또는 적용했을 것이다. 물론 흡연이 건강에 미치는 영향을 평가하는 객관적인 자료로서의 가치는 있을 수 있다. 그러나, 사람에게서 어떤 질병이 발생할 때에는 여러가지 요인이 복합적으로 작용하고 있다는 것도 또한 상식적인 일이다. 그럼에도 불구하고 유전적

문헌으로 본 담배와  
체질환과의 관련성

지난 수십 년 동안 흡연이 정신적 육체적 건강에 미치는 영향에 관한 연구는 매우 깊이 있게 다루어져 왔다. 역학조사에 의하면 흡연이 여러가지 질환의 발생위험성을 높인다고 보고되고 있다. 그러나 반대로 어떤 질환에 대해서는 흡연자가 무의하게 덜 발생하거나 흡연으로 인해 중세가 개선되는 질환도 있다는 것이 보고되고 있지만 흡연의 이러한 긍정적인 측면에 대해서는 잘 알려지지 않고 있다. 담배와 관련이 있다고 하는 질환중에서 가장 많이 거론되는 것은 암과 관상동맥성 심장질환이다. 그러나

〈제5주제〉  
담배소비자 건강보호 위해 흡연위생연구의 필요한가?

부단한 금연운동에도 담배는 남녀노소가 가장 즐기는 최대의 기호품  
사회일선에서 일하는 약 38%의 애연가들에 대한 배려도 반드시 필요

식할 필요없이 진정으로 흡연자의 건강을 증진시킬 수 있는 방향을 제시할 수 있는 연구가 되어야 할 것이다. 더구나 이들 논문중 상당수는 미국의 공중위생국(Surgeon Genral)나 질병통제센터(Center for Disease Control, 그러나 문화적, 환경적, 식이적, 종족적으로 전혀 다른 외국에서 이루어진 결과를 그대로 적용하는 데는 분명히 제한

암의 발생과 진전에는 유전적인 요인, 환경적인 요인, 스트레스 그리고 스트레스를 어떻게 대처하는가와 같은 사회적, 심리적인 요인들과도 밀접한 관련이 있기 때문에 이들의 관련성에 대한 연구가 우선되어야 한다. 좀더 자세히 말하면 체내에는 발암물질의 대사에 깊이 관여하는 cytochrome P-450이라는 효소가 있다. 이 효소는 수십 종의 동위효소로 구성되어 있고 사람에 따라서 그 분포가 다르며 그 주에는 폐암을 일으키기 쉬운 type이 있다는 점이다.

(다음 호에 계속)

우리나라 흡연위생과 관련된 연구결과 매우 미약  
담배연기, 담배 자체에 대한 과학적 연구는 거의 전무

자의 추세는 미국에서 실시한 조사에서도 똑같이 나타났다. 이는 아무리 금연운동이 강화되어도 담배를 즐기는 사람은 그것과 상관없이 흡연을 계속하게 된다는 것을 암시해 준다. 우리나라는 전체 인구의 약 38%, 성인 남성의 70%에 달하는 애연가들이 사회일선에서 일하고 있다. 이와같은 현실을 직시할 때 국민의 건강증진을 위한 보건정책을 추진함에 있어서 이들에 대한 배려도 반드시 있어야 할 것이다.

우리나라의 흡연대책

근년에 제정된 국민건강증진법의 발효로 우리나라는 세계에서 흡연규제가 가장 심한 국가중의 하나로 되었다. 다시 개정하려는 이 법안은 철저하게 비흡연자 위주로 되어 있고 담배를 피우는 사람들에 의해 조성되는 국민건강증진기금도

우리나라의  
흡연위생연구 현황

대부분의 선진외국에서도 우리나라와 비슷한 방법으로 금연운동이 전개되고 있다. 그러나 그들이 우리나라와 크게 다른점은 자국에서 이루어진 연구결과를 근거로 하여 보건정책을 결정하려고 노력하고 있다는 점이다. 가까운 일본의 경우 끼연 과학연구재단의 지원하에 매년 150여개의 연구과제가 대학과 병원에서 수행되고 있으며, 참여 연구원의 수도 600여명에 이른다. 정책결정에 그 연구결과들이 참고가 되고 있는 것은 당연한 일이다. 불행하게도 우리나라에서 이루어진 흡연위생과 관련된 연구결과는 매우 미약하다. 자연과학 분야의 근대화가 시작된 1970년 이래로 현재까지 우리나라에서 이루어진

CDC), 국립암연구소(National Cancer Institute, NCI), 국립보건원(National Institute on Health, NIH) 등의 보고서를 인용 또는 그대로 번역하여 소개한 것들이다. 더 나아가서 담배연기나 담배자체에 대한

점이 있을 수 있다. 이러한 관점에서 매년 외국에서 수 천편씩 쏟아지고 있는 흡연관련 연구논문들의 결과를 살펴보면 흡연자들의 건강을 증진시킬 수 있는 연구가 국내에서도 활발히 이루어지기를 기대한다.

흡연과 성인병예방 국제심포지엄

식생활(신토불이)측면에서 본 흡연자 건강보호

(11면에서 계속)

결론적으로 정리해 보면 신토불이는 우리의 식문화(食文化)를 지키는 척도요 건강의 바로 메타이다. 특히 흡연자에게 있어 식생활은 더욱 중요할 수밖에 없다. 담배를 끊을 것인가? 계속 피울 것인가?는 개개인의 선택에 달려 있지만 나름대로의 즐거운 흡연생활을 위해서는 서구적인 식생활 습관을 개선하여 점차 한국인 고유의 식생활 체제로 바꾸어 나가야 한다. 담배해악 논리 또한 과장보다는 한국인 특

성에 맞는 장기적인 역학조사와 분석을 통해 올바른 정보로 제시되고 흡연자 스스로가 자신의 건강보호를 위해 적절한 흡연생활을 유지토록 해야 한다고 본다. 따라서 지속적인 금연논리의 전개보다는 장·단기적인 영양조사를 통한 신토불이적 식생활 개선 유도를 통해 담배소비자 건강보호 방안을 찾는 것 또한 국민건강증진을 위한 대안이 될 수 있을 것이다.

(끝)