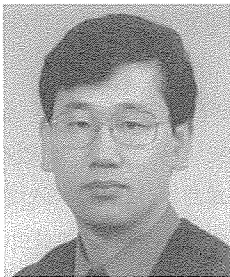


흡연과 여성

# 사회와 경제여건 격상, 흡연을 크게 늘여 임산부 조산·사산·저체중아 출산 위험 커



金大顯

(계명대 동산의료원 가정의학과 과장/부교수)

약 11%인 2만5천명 정도가 흡연으로 사망하는 것으로 계산된다. 여성 흡연은 빠른 속도로 늘어나고 있어서 미국에서는 매일 1천5백명의 여성이 담배를 피우기 시작하고, 매년 14만명 이상의 여성이 흡연 관련 질병으로 조기 사망한다고 한다.

여성 흡연이 증가하는 이유로는 1)

강 증진 캠페인도, 여성보다는 남성에게 초점을 맞추기 때문에 여성에게 맞는 운동이나 건강교육이 부족하였다. 선진국에서도 여성 흡연에 특별히 관심을 가지기 시작한 것이 최근 20년 동안이다.

현재 증가하는 여성 흡연율과 이에 따른 미래의 여성들의 피해를 고려하

## 담배회사 젊은여성 표적 삼아

우리나라의 성인 남성의 흡연율은 서서히 감소하고 있지만 청소년과 여성 흡연은 증가하고 있다. 대부분의 나라에서 여성 흡연율이 남성보다 낮기 때문에, 청소년과 함께 젊은 여성들은 담배 회사의 주요 광고목표가 되고 있다.

남성에 비해 평균 수명이 긴 여성의 흡연은 남성보다 흡연-유발 질병의 발생빈도가 낮다고 잘못 알려져 있어서, 지금까지는 여성 금연의 중요성에 대한 관심이 적었다. 미국의 경우 연간 전체 사망자 중 남자는 22%, 여자는 11%가 흡연 때문에 사망하고 있다고 한다. 일본의 경우도 이 비율이 각각 16.6%와 3.5%인 것으로 발표되고 있으며, 우리나라에서는 연간 사망자의

여성의 사회적, 경제적 지위가 변화하고, 2) 담배 회사가 여성을 주요 목표로 광고를 하며, 3) 건강교육이 남성 위주로 계획되고 진행되어 여성들과 맞지 않은 금연교육이 이루어졌고, 4) 여성을 위해 특별히 고안된 건강교육이 부족하기 때문이다. 미국과 유럽의 경우를 보면, 여성의 흡연율은 남성에 비하여 상대적 개인 구매력의 부족으로 최고 흡연율에 도달하는 것이 20여년 정도 늦었다. 남성보다 흡연을 늦게 시작했기 때문에, 흡연으로 인한 질병의 빈도는 훨씬 낮았다. 금연 건

여, 현재, 청소년들 위주로 진행되고 있는 금연운동에 대한 관심을 여성들에게 확대할 필요가 있다.

여성 흡연의 위험을 살펴보면, 임산부의 흡연은 태아에게 저체중아, 조산, 사산의 위험이 증가한다. 흡연 임산부에서 태어나는 신생아의 체중은 비흡연 산모에서 태어나는 신생아에 비하여 평균 2백g 정도 적으며 태아 사산율의 빈도도 더 높다. 그러나 임신 4개월에 금연하게 되면 비흡연 산모와 거의 동일한 체중을 가진 아이를 분만할 수 있다고 한다. 하루 한갑 미

.....  
**“여성이 남성처럼 흡연하면,  
 남성처럼 죽게 될 것이다.”**  
 .....

- Oxford대학 Richard Peto교수

만의 흡연은 태아 사망률을 20% 정도 상승시키며, 한갑 이상 흡연하면 태아 사망률은 43% 증가한다. 흡연하면 유산의 빈도도 높아지며 산모의 사망률도 증가한다. 임산부의 흡연은 태아의 혈액의 저산소증을 유발하여 정신발달 장애를 일으킬 수도 있다. 남이는 행동장애, 여이는 약물남용과 같은 정신적 장애를 가질 확률이 높은 것으로 밝혀졌다.

흡연은 여성의 임신율을 저하시킨다. 비흡연 여성들은 피임을 중단한 후 5년 내에 불임률이 5%이지만 흡연 여성들의 불임률은 11%로 더 높다. 여성 흡연자들은 비흡연자들보다 자궁외 임신이 2배 많고, 월경불순과 자궁경부암도 더 많이 발생한다.

모유를 수유하는 여성이 흡연하면 모유에 니코틴이 흡연량과 비례하여 높아진다. 니코틴이 젖을 먹는 아이에게 들어가면 불안하고, 초조해지며, 맥박이 빨라지고, 성장에 장애를 준다. 엄마가 흡연을 하게 되면 영유아가 간접 흡연으로 급성기관지염, 모세기관지염이 잘 생기고 질병 기간도 늘어난다. 폐렴, 만성중이염, 인두염, 만성 천식이 더 잘 생긴다.

흡연은 여성의 폐경기를 2년 정도 앞당긴다. 따라서 골다공증이 조기에 일어나며 흡연 자체가 골다공증을 일으키므로 더욱 악화된다. 골다공증은 골 형성의 감소 및 골 흡수의 증가로 골량의 전반적인 감소를 일으킨다. 골다공증이 진행되면 특별한 증상이 없이 척추부의 압박골절이 잘 생기고, 넘어질 경우 요골 골절이나 대퇴골 골절의 위험이 증가한다.

담배는 피부 미용에도 나쁜 영향을 준다. 담배를 피우면 니코틴에 의한 말초혈관 수축으로 혈액순환과 산소공급을 감소시켜 피부에 영향을 주므로 주름살이 생기고 빨리 늙어버리게 된다. 피부에 흡착된 담배연기 입자가 악취를 내게 되며 땀구멍을 막기도 한다. 흡연 여성은 약한 만성 일산화탄소 중독증으로 인체의 산소공급에 장애가 생긴다. 산소공급 부족은 신장에서 조혈 인자(erythropoietin)를 분비시켜 적혈구 생산을 증가시키므로 피부색을 붉거나 검게 만든다. 담배회사의 광고는 흡연 여성의 여성적인 매력과 독립성을 강조하지만 치주염, 피부

노화를 고려하면 흡연은 여성적인 매력을 감소시킨다. 여성들은 피부미용을 위해서라도 금연이 필요하다.

### 연기, 눈결막 자극 결막염 일으켜

담배연기는 눈의 결막을 자극하여 결막염을 일으키고 니코틴과 타르가 이를 착색시키고 잇몸을 손상시켜 치주염의 위험을 높인다. 담배를 피우면 호흡이 힘들어지고 목소리가 변할 수 있다.

남성보다 흡연으로 인한 질병 발생이 낮다고 잘못 알려져 있었지만 여성 흡연의 피해는 남성과 동일하다는 것이 밝혀졌다. 심혈관 질환의 경우 흡



그림제공 : 한국금연운동협의회

연과의 위험도 상관관계가 남성과 비슷하지만 총 발생률이 약간 낮다. 이것은 여성이 담배로 인한 질병이 적기 때문이 아니라 여성 호르몬의 심혈관 보호 효과 때문으로 설명된다. 여성의 경우 흡연과 경구 피임제를 함께 사용하면 뇌졸중, 심혈관 질환의 위험이 오히려 10배로 더 증가한다. 이러한 위험은 40세 이상의 여성에서 더 크게 나타난다.

여성 흡연이 높은 유럽 국가들에서 여성 흡연의 증가와 함께 여성 폐암의 빈도가 증가하면서 폐암이 여성암 사망의 가장 큰 요인인 유방암을 추월하고 있다. 모성 흡연은 간접 흡연으로 신생아급사 증후군의 위험을 2배로 증가시킨다. 부모가 흡연하는 경우 자녀의 호흡기질환, 급만성중이질환의 위험이 증가하며 모친의 흡연이 더 큰 영향을 미친다. 임신부 흡연은 자연 유산의 위험을 증가시키고 미숙아나 저체중아의 위험을 높인다. 흡연 여성은 비흡연 여성보다 폐경이 빠르다.

담배회사는 여성들을 대상으로 '날씬한(slim)' 담배같은 특수 제품, 여성 잡지나 패션행사 후원, 여성들이 관심 있는 대중음악, 텔레비전, 영화, 비디오, 스포츠 후원을 통해 여성들에게 흡연을 유도하고 있다. 담배회사는 시장 조사로 많은 젊은 여성들이 날씬해지기를 원하고, 흡연이 체중증가를 막아준다는 사실을 광고한다. 어떤 여성들은, 여성적인 디자인으로 남성들이 즐기는 상품보다 길고 가는 담배에 매력을 느낀다. 담배는 패션 장식이며 세상이 자신을 어떻게 볼 것인지를 개

인적으로 선언하는 것이 될 수 있다.

어떤 경우에는, '담배피우는 여성'의 특별한 이미지가 여성 흡연에 대한 오랜 금기를 깨는 중요한 원인이 된다. '날씬한' 담배 제품은 여성 흡연자를 찾고 유지하는데, 이러한 개념들을 종합하여, 판촉에 철저히 이용하고 있다. 우리나라에서도 여성의 사회 참여 증가에 따른 여권문제와 흡연 행동을 동일시하는 광고 전략에 대한 감시가



그림제공 : 한국금연운동협의회

필요할 것이다.

여성 건강에 흡연의 중요성이 강조되기 시작한 것은 그리 오래된 일이 아니다. 여성 운동가, 정치가, 사회적 활동가, 작가, 언론인 뿐만 아니라 의료, 건강 전문가들도 여성 흡연의 중요성을 뒤늦게 깨달았다. 여성 운동 초기에, 건강의 초점은 출산 건강에 맞추어져 있었고, 흡연은 무관한 것으로 무시되었다. 심지어 어떤 사람은 흡연이, 여성이 자신의 삶을 결정하고, 남성들의 행동에 동참하는 여권 주장의 일반적인 흐름으로 보기도 했다.

여성 흡연이 높은 많은 국가들에서

여성 폐암 발생률이 빠르게 증가했다. 유방암이 여성 사망 원인의 선두였던 많은 나라에서는, 이미 폐암이 선두 자리를 차지하고 있다. 남성보다 여성이 흡연으로 인한 질병이 적게 생긴다는, 초기의 생각은 대부분이 잘못된 것으로 밝혀졌으며 비뇨기 질환에서는 남성보다 위험이 더 높다. 최근의 연구는 여학생이 남학생보다 니코틴에 더 쉽게 중독이 된다고 한다. 폐암은 여성에서 더 일찍 더 적은 흡연에도 발생한다는 것을 보여준다.

담배회사가 여성을 겨냥하기 때문에, 보건의료인이나 건강 관련자들은 다음과 같은 방법으로 여성에 관심을 가지고 여성 흡연의 증가를 막는 것이 좋다.

\* 흡연하는 임신부가 금연하도록 특별히 관심을 가진다.

\* 피임약 처방과 같은 기회를 이용하여 흡연 여성에게 금연을 권한다.

\* 모든 여성 환자의 금연을 격려한다.

\* 여성 금연프로그램을 만들어 운영한다.

여권단체, 여성전문 잡지 출판사의 편집자나 직원, 여성 단체, 여성 전문 단체나 노동조합의 여성 분과, 여성 건강 문제에 지도력이 있는 저명한 여성들이 여성 흡연에 대해 관심을 가지고 활동해야 할 것이다.

여성 흡연의 증가로 여성들도 남성과 같은 질병으로 사망하는 것을 예방하기 위해 여성 흡연에 대한 관심과 여성을 대상으로 하는 금연교육 프로그램의 개발이 필요한 시점이다.