

간접흡연

간접흡연이란 무엇인가? ^{1,2}

간접흡연이란 담배가 타면서 다음과 같은 두 종류의 연기에 노출되는 것을 말합니다.

- 담배, 시가나 파이프의 끝이 타면서 나오는 연기
- 흡연자가 내뿜는 연기

간접흡연의 폐해^{1,2}

- 간접흡연은 담배를 직접 피우는 것만큼 위험합니다.
 - 연기에는 7,000가지 이상의 화학물질과 약 70가지의 발암물질이 포함되어 있습니다.
 - 미국에서 매년 41,000명 이상의 성인 비흡연자가 간접흡연으로 사망하고 있습니다.
 - 비흡연자는 간접흡연으로 인해 심장병, 폐 질환, 뇌졸중에 걸릴 수 있습니다.
 - 각종 암의 원인이 되기도 합니다.
- 간접흡연은 회복을 더디게 합니다.
- 간접흡연에 노출된 아이들은 질병에 더 자주 걸리거나 다음과 같은 위험이 있습니다.
 - 중이염
 - 감기
 - 천식 발작
 - 기관지염과 폐렴
 - 기침과 쌉쌉거림
 - 호흡곤란
- 간접흡연에 노출된 아기들은 영아돌연사증후군(SIDS)으로 사망할 위험이 높아집니다.
- 간접흡연은 애완동물에게도 해를 끼칩니다.

간접흡연의 규제

- 간접흡연은 노출의 정도와 상관없이 해롭습니다. 안전한 수위란 없습니다.
- 집과 차 안을 금연구역으로 정하십시오.
 - 캘리포니아에서는 18세 미만의 동승자가 있는 차 안에서 흡연하는 것은 불법입니다.³
- 집에서나 차에서 금연을 부탁드립니다. 다른 방으로 가거나 창문을 여는 것만으로는 부족합니다.
- 어린이 주위에서는 누구든 금연하도록 강경하게 요구하십시오.
- 흡연을 하고 있다면 지금 멈추십시오!



**ASQ 한인금연센터 1-800-556-5564로
전화하여 무료 금연 서비스를 받으세요!**

1. National Cancer Institute (2018). Secondhand Smoke and Cancer.
2. CDC (2018). Secondhand Smoke (SHS) Facts.
3. California Legislative Information. Health and Safety Code. Article 2.5. Smoking in Motor Vehicles.