

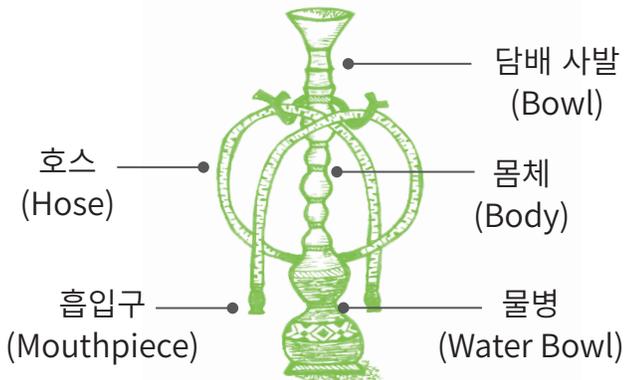
후카 (Hookah, 물담배)

후카란 무엇인가?¹

후카는 담배(시샤)를 피우는 데 사용되는 물 담뱃대입니다. 시샤(Shisha)는 달콤하고 사과, 체리, 박하 같은 종류의 맛이 있습니다.

사용법

- 시샤를 머리 부분인 담배 사발에 놓는다.
- 구멍들을 낸 알루미늄 포일로 시샤를 감싼다.
- 시샤를 가열하기 위해 뜨거운 숯을 포일 위에 둔다.
- 사용자는 물병에 연결된 호스를 흡입한다.
- 연기는 파이프의 몸체로 내려와서 물병 안을 통과한 후 흡연자에게 전달된다.



그 외의 후카 정보^{1,2}

- 나르길레(narghile), 고자(goza), 허블버블(hubble-bubble)이라고 불리기도 함
- 다양한 크기, 모양, 형태가 있음
- 한 개에서 네 개의 호스가 있음
- 젊은층에 인기가 있음(18세~24세)
- 특정한 술집이나 카페에서 자주 사용됨
- 대체로 여러 명의 사용자(그룹)가 호스를 공유해서 사용함
- 후카는 한 시간에 약 200회의 흡입이 가능 (일반 담배 한 개비는 약 10회)

후카와 건강^{1,2}

- 후카를 피는 것도 일반 흡연과 같은 많은 건강의 위험이 있음
- 담배 연기는 물을 통과한 후에도 강한 독성 수치를 가짐
- 폐암, 방광암, 구강암, 위암의 원인이 될 수 있음
- 연기는 심장 질환, 폐 질환, 불임의 원인이 될 수 있음
- 후카 연기는 비흡연자에게도 마찬가지로 위험함
- 호스를 공유하는 사용자 간에 간염, 독감 및 헤르페스(포진)와 같은 질병이 전염될 수 있음²
- 담배의 타바코와 마찬가지로, 시샤는 니코틴을 함유하고 있으며 중독될 수 있음

1. CDC (2018). Hookahs.
2. American Lung Association. Hookah Smoking.