

전자담배가 일반담배보다 해롭다는데요?

비전성남

새해를 맞아 담뱃값이 일제히 올랐다. 흡연자들의 반발이 심했지만 이번 기회에 금연을 시도하려는 분도 많이 늘어난 것 같다.

대부분 금연 시도자들은 전자담배를 한번쯤 생각해 본다. 이번에는 최근 언론을 통해 부작용이 지적된 전자담배가 무엇이고, 어떤 문제가 있는지 알아보자.

Q: 전자담배는 무엇인가요?

A: 전자담배(E-cigarettes)는 기존 담배의 니코틴을 대체해 줄 수 있는 기구를 말합니다. 처음에는 젤리, 시ガ, 파이프 등의 모양을 하다 요즘 나오는 제품들은 볼펜처럼 예쁜 디자인으로 나옵니다. 전자담배는 카트리지와 배터리, 분무기(atomizer)의 세 부분으로 구성돼 있어 흡연자가 입으로 빨아들일 때 분무 형태로 담배와 유사한 증기를 뿜어내도록 작동하게 됩니다.



▲김지원 기획팀대 서울성모병원 직업환경의학과 강사 © 비전성남

한편, 전자담배와 비슷한 제품으로 전자식 흡연용구 저하제가 있습니다. 전자담배는 니코틴이 함유돼 있는 담배의 대용품이고, 흡연용구저하제는 니코틴이 없는 의약외품으로 허가됩니다. 걸모습이 거의 비슷하기 때문에 서로 구분해 사용해야 합니다.

Q: 전자담배를 사용하면 담배를 끊을 수 있을까요?

A: 몇몇 연구들에 따르면 전자담배가 금연 보조에 도움이 될 가능성은 갖고 있다고 합니다. 하지만 아직까지 금연에 효과적이라는 객관적 근거는 부족합니다. 기존의 니코틴 패치나 약물에 비해 더 효과적인지도 정리되지 않았습니다. 잘 사용한다면 금연에 도움이 될 수도 있습니다. 하지만 청소년이나 비흡연자들이 한 번쯤 호기심에 사용하게 됨으로써 흡연의 '시작 관문'으로 남용될 수도 있어 주의하며 사용해야 합니다.

Q: 요즘 뉴스를 보니 전자담배가 더 해롭다는데요?

A: 전자담배는 마치 전자식 가습기 같은 원리를 써서 증기를 만들어내기 때문에, 기존의 담배가 연소하면서 발생하는 안 좋은 화합물들이 발생하지 않습니다. 따라서 이론적으로는 담배보다는 해롭지 않다고 합니다.

실제로 미국 식약청(FDA) 등에서 조사한 바에 따르면 포름알데히드나 아세트알데히드 등의 화학물질이 검출되긴 했으나 기존 담배보다는 현저히 낮은 수치였다고 합니다. 하지만 일본의 연구에서는 발암물질들이 기존 담배보다 높은 수치를 보이기도 하였습니다.

아직까지 액상 속에 들어있는 화학물질이나 독성을 물질들이 완벽한 안정성 시험을 거친 것은 아니며 장기간 사용 후에 발생할 수 있는 문제들에 대해서는 여전히 알려지지 않았습니다. 또한 내뿜는 연기에 니코틴이 함유돼 있어 간접흡연 문제에서 벗어날 수 없기 때문에 공공장소에서 사용할 때는 여전히 주의해야 합니다.

이런 내용을 종합해 미국 식약청에서는 소비자들에게 '전자담배에 니코틴이 얼마나 함유돼 있는지, 얼마나 위험한 성분이 들었는지, 장기간 사용했을 때 어떤 문제가 발생할 수 있는지'의 내용에 대해 아직까지 정확한 정보를 얻을 수 없음을 먼저 알고 사용해야 한다'고 알리고 있습니다.

전자담배는 만능이 아닙니다. 중독의 핵심인 니코틴을 계속 보충하기 때문에 오히려 전자담배로 중독의 대상이 바뀌기만 할 뿐이라는 지적도 있습니다.

Q: 새해의 금연계획을 세워보는 것은 어떨까요?

A: 근로자건강센터, 성남시 각구 보건소와 지역 내 병·의원에서는 금연클릭닉을 운영해 근로자와 시민들의 금연상담과 금연시작을 돕고 있습니다. 전문가의 도움을 통해 자신에게 맞는 금연계획을 세워보시기 바랍니다.