



조남초등학교

꿈 그림, 끼 두드림, 마음 울림의 조남 "3林"교육

# 12월 보건 소식지

제2021-14292호

배움을 즐기며  
큰 꿈을 키우자

\*\* (14986) 경기도 시흥시 목감동레로 229-9 ☎ 031-490-8204 (FAX) 031-490-8298

**보건소식지**

**흡연이 인체에 미치는 영향**

'이렇게 예방하세요'

모두가 알고있는 사실처럼, 흡연은 치료가 필요한 질병입니다.

세계보건기구는 담배의 중독성을 질병으로 분류하고 있습니다.

WHO

오악!

질병!

담배에는 수많은 화학물질과 발암물질이 포함되어 있는데요.

니코틴, 부탄, 아세톤, 타르, 청산가리, 카드뮴, 일산화탄소, 암모니아, 나프탈린, 비소

정신적이나 신체적으로 미성숙한 청소년에게는 더 큰 피해를 끼칠 수 있습니다.

흡연을 하는 학생이 흡연하지 않는 학생에 비해 키가 평균 2.54cm 작다는 보고가 있습니다.

기침, 가래, 숨참, 천명 등의 증상이 더 많이 나타나며 운동기능 저하도 나타날 수 있습니다.

또한 흡연을 하면 뇌세포가 파괴돼 기억력 및 집중력이 감퇴되어 학습능력이 현저하게 떨어지게 됩니다.

다른 사람이 피우는 담배 연기에 노출되어 비흡연자에게도 악영향을 미치는 간접흡연!!!

특히 연구에 따르면, 간접흡연에 따른 피해는 주변 10M에까지 이르며 금연 선진국가에서는 3차 피해까지 논의되고 있습니다.

3차흡연은 간접흡연과는 다르게 담배 연기에 직접 노출이 되지 않아도 담배의 독성 물질을 흡입하는 것을 말합니다.

흡연자의 옷과 머리카락, 피부 등에 묻어 있는 독성 물질이 비흡연자에게 접촉이 되면 독성 물질에 노출 될 수 있습니다.

흡연후 아이를 안지 마세요!!

담배를 피지않는 비흡연자들에게도 간접흡연, 3차흡연으로 거의 비슷한 악영향을 끼칠 수 있다는 것입니다.

내 건강 뿐 만 아니라 가족의 건강도 위협해 질 수 있다는 것을 기억해야 할 것 같습니다.

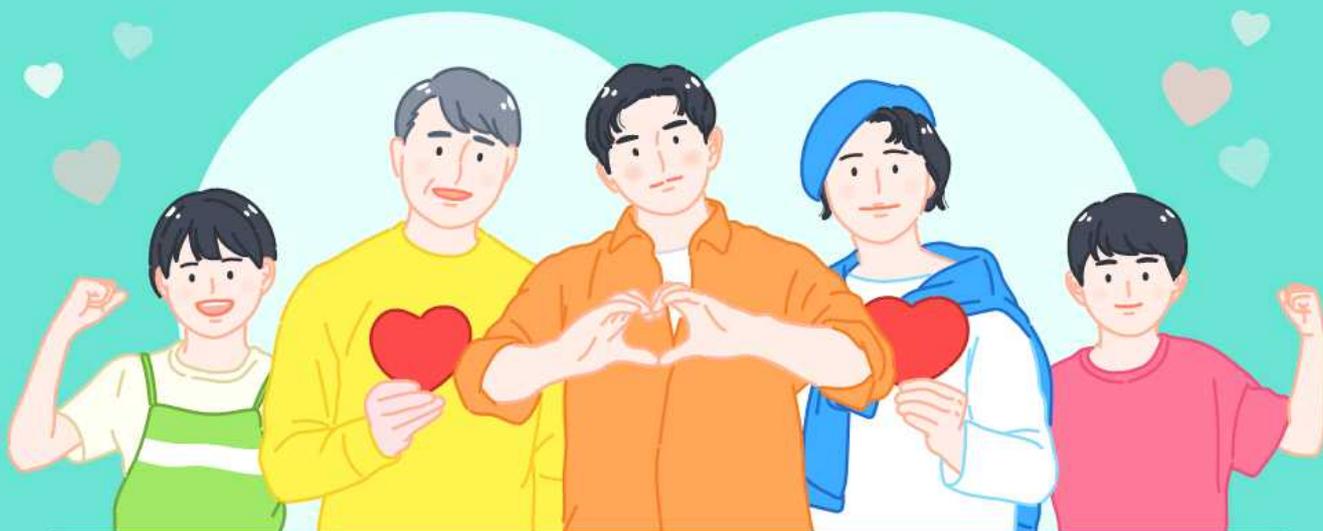
금연으로 가족의 건강을 지켜주세요

새로운 일상에 더 가깝게

코로나19 단계적 일상 회복(11.1.~)

# 마음 더하기 마음

안전한 일상을 위해 함께 지켜요!



소중한 일상으로 회복을 위해 개인방역수칙을 꼭 지켜주세요!



손 씻기



마스크 쓰기



자주 환기하기



의심될 땐 검사하기

정부는 **안전한 일상 회복**과 **피해 최소화**를 위해 최선을 다하겠습니다.

2021. 12. 01.

조남초등학교장