



금연 생활의 이점



금연 환경에서 생활하는 것은 자신과 가족의 건강을 위해 여러분이 할 수 있는 최선의 방법 중 하나입니다. 금연하면 집안 공기도 깨끗하고 신선해질 뿐 아니라, 주거 건물이 건강상 더 안전하게 생활할 수 있는 곳으로 바뀝니다.

금연 주거 공간이란 무엇입니까?

금연 주거 공간에서는 아파트 내부를 포함하여 건물 내 흡연이 허용되지 않습니다. 다가구 건물에서는 공기가 이동하기 때문에(환기와 공기 차단이 우수한 경우에도), 아파트 내에서의 흡연 금지로 담배 연기가 한 가구에서 다른 가구로 이동하여 발생하는 간접 흡연을 막을 수 있습니다. 흡연이 가능한 지역을 특정 옥외 공간으로 제한할 수도 있습니다. 흡연자는 그 건물에서 살 수 있지만 건물 안에서는 담배를 피울 수 없습니다.

간접 흡연에 노출될 경우의 위험은 무엇입니까?

간접 흡연에 대해 안전한 노출 수위는 알려진 바가 없습니다. 간접 흡연을 하면

- 기도를 자극하게 됩니다. 이는 숨쉬는 것을 힘들게 하고 기침, 쌉쌉거리는 소리 등 호흡기 질환을 유발합니다.
- 심장 질환, 호흡기 질환, 폐암에 걸릴 위험이 높아집니다.

금연 주거 공간이 주는 건강상의 이점은 무엇입니까?

- 금연 환경에서 아이를 키우면 천식, 폐렴, 기관지염 및 컷병 발생 위험이 낮아집니다. 천식이 있는 아이의 경우, 금연 환경이 빈번하고 심각한 천식 발작이 일어날 확률을 감소시킵니다. 또한 금연 환경에서 자란 아이는 성인이 되었을 때 흡연자가 될 가능성이 더 낮습니다.
- 임산부의 경우 간접 흡연에 노출되지 않으면 아기가 저체중아로 태어나거나 폐 기능이 손상된 채 태어날 위험이 줄어듭니다.

- 신생아의 경우, 간접 흡연에 노출되지 않으면 유아 돌연사 증후군 (Sudden Infant Death Syndrome, SIDS) 위험이 줄어듭니다.
- 금연 환경에서 생활하면 심장과 폐가 더 건강해집니다.
- 금연 주거 공간은 화재로 인한 부상과 사망 위험도 감소시켜 줍니다.

금연 주거 공간이 주는 또 다른 이점은 무엇입니까?

- 가족, 손님, 애완동물, 그리고 건물 관리직원 모두 더 상쾌한 공기를 호흡할 수 있습니다.
- 눈에 보이는 담배 연기가 사라진 후에도 카펫이나 벽에 오랫동안 남아서 건강에 위험을 줄 수 있는 담배 연기의 독성이 아파트에서 사라질 것입니다.
- 실내 공기의 질이 개선된 덕분에 여러분의 아파트는 “보다 환경 친화적” 인 곳이 될 것입니다.

금연 주거 공간은 차별적인 조치입니까?

금연 주거 공간은 금연자를 건물에 살지 못하게 하는 것이 아니라 오직 흡연만 금하는 것이며, 연방 공정주거법(Fair Housing Laws)이나 미국 장애인법(Americans with Disabilities Act)에 위배되지 않습니다. 집주인은 실내에서의 흡연을 금지할 수 있습니다 (많은 집주인들이 이미 그렇게 하고 있습니다). 뉴욕시의 금연법(Smoke-Free Air Act)은 이미 10 세대 이상이 거주하는 주거용 건물의 실내 공용 공간에서의 흡연을 금지하고 있습니다.

여러분이 취하실 수 있는 방법:
여러분의 집주인이나 관리업체에게 건물 내 금연을 100% 지지한다는 것을 알리십시오!

현재 흡연자이며 금연을 희망하시는 분은 311로 전화하거나 웹사이트 nyc.gov에서 NYC QUILTS를 검색하십시오.

