

금연 성공률과 관련 요인

Editorial

주남석

아주대학교 의과대학 가정의학교실

Success Rate of Smoking Cessation and Its Related Factors

Nam-Seok Joo

Department of Family Practice and Community Health, Ajou University School of Medicine, Suwon, Korea

최근의 통계에 따르면, 우리나라는 OECD 국가 중에서 최고의 흡연율을 자랑하고 있다. 수 년 전에는 성인의 흡연율은 약간 감소되는 듯 보였지만, 최근 몇 년 동안에는 다시 흡연율이 증가하는 추세에 있고, 청소년 흡연율도 지속적인 문제를 보여주고 있다. 즉, 성인의 거의 절반 수준에서 흡연을 하고 있는 셈이고, 담배 때문에 생기는 의학적인 문제는 이루 말할 수 없을 정도다. 이런 현실에서, 변변한 금연보조제가 없다가 2007년경에 우리나라에 들어온 Vareniclin은 금연을 결심하는 사람들에게 큰 희망을 안겨주었다. 기존의 패치 제제로 금연 실행을 할 때보다는 훨씬 더 나은 금연성공률을 보였고 우울증약으로 사용되던 금연보조제로 쓰인 Bupropion보다도 더 나은 효과를 보였다.¹⁾ Vareniclin은 약물 복용은 3개월 정도로 권장하고 있지만, 환자들의 상황에 맞게 약간씩 조절하고 있는 실정이다. 실제로 3개월보다 더 짧은 기간에 금연을 한 경우도 있고, Vareniclin을 복용할 때보다 자기 의지로 금연을 한 경우도 간혹 있다. 그렇지만, Vareniclin의 약제 부작용은 보고된 것보다 흔한 것이 아니고, 외국에서 보고되는 것처럼, 우울증 발생 및 사망 충동에 대한 욕구 증가 등은 실제로 거의 없는 실정이며 위장 장애 등의 소화기 증상을 호소하는 경우가 대부분이다. 따라서, 금연을 결심한 상태의 환자들에게 Vareniclin을 처방하는 것은 금연을 도와주는 것 외에 향후 더 큰 위험인자를 감소시키는 효과를 볼 수가 있는 것이다. 2011년 2월 호에 게재되는 논문 중, 송빛누니 등이 쓴 '진료실에서 Vareniclin을 이용한 금연성공 요인 분석'은 외래에서 Vareniclin을 흡연자에게 처방함으로써 어느 정도의 금연을 시킬 수 있는지 단적으로 보여주는 예이다. 물론, 130명이라는 많지 않은 대상자이어서 그 한계는 있지만, 다른 나라에서 한 연구와 비슷한 6개월

금연성공률(35.4%)을 보였다. 반면에, 12개월 후 성공률은 6개월보다 오히려 약간 더 많은 것이 특징이다. 다른 논문에서는 12개월 후의 금연 성공률은 대개 절반 이하로 감소하는 것이 많았었는데 이 논문에서는 오히려 약간 더 증가한 것이 특징이다. 또한, 금연성공과 관련이 있는 요인으로, 1일 평균흡연량, Vareniclin 복용기간, 방문 동기 등이 의미 있는 관계를 보였다. 즉, 약제를 중단할 부작용이 없다면 Vareniclin 처방을 주저하지 말아야 한다는 것을 간접적으로 보여 주고 있는 셈이다. 이 연구에서 또 주목할 내용은 자가결심으로 방문한 사람에게 약제를 투여한 것보다 의사의 권유에 의해서 Vareniclin을 복용하여 금연을 할 경우 금연성공률이 무로 4.5배가 더 높다는 것이다. 즉, 일차의료 현장에서 환자를 볼 때나 건강검진센터에서 질병이 없는 사람과 상담을 할 때나 언제나 금연을 권유하고 약제에 대한 충분한 설명을 한 후 약제를 처방하는 것이 훨씬 효과가 있는 금연 치료법인 것이다. 또, 단기간에 금연을 할 수 없는 사람의 경우에도 일단은 1일 평균 흡연량을 줄이는 데 초점을 맞춘 후, 점차적인 목표를 세우고 약제를 투여해 가면서 금연을 유도하는 것이 바람직할 것이다. 흡연하는 것을 단순히 하나의 나쁜 생활습관으로 치부하는 것은 장래의 더 큰 심혈관 위험인자 및 암 발생에 대한 요인을 간과하는 셈이기 때문에 지속적인 흡연 평가 및 금연 결심 단계 확인 후 적절한 금연 요법을 교육하고 필요한 약제를 투여하는 것이 환자의 건강 및 위험인자 제거에 지름길이 되는 것이다.

REFERENCE

1. Tsai ST, Cho HJ, Cheng HS, Kim CH, Hsueh KC, Billing CB Jr, et al. A randomized, placebo-controlled trial of varenicline, a selective $\alpha 4\beta 2$ nicotinic acetylcholine receptor partial agonist, as a new therapy for smoking cessation in Asian smokers. *Clin Ther* 2007;29:1027-39.