

베이핑

베이핑 제품 및 기타 전자담배는 증기/연무제 노출을 통해 사용자에게 보건 위험을 일으킬 수 있습니다. 본인이 이런 제품을 사용하지 않더라도 동 제품을 사용하는 타인이 내뿜는 증기를 들이마시므로써 노출될 수 있습니다. BC 주에서는 만 19 세 이상인 사람에게 판매하는 것이 합법적이지만, 증기 제품 및 기타 전자담배가 해롭지 않은 것이 아닙니다. 아동, 청소년 및 비흡연자는 전자담배를 사용하지 말아야 하며 임신부도 사용하지 말아야 합니다.

베이핑이란?

‘베이핑’이란 전자담배 등의 기구를 사용하여 연무제 또는 증기를 흡입하는 것을 말합니다. 이런 기구는 액체를 가열하여 연무제로 변환시키며, 사용자는 이 연무제를 입과 폐로 들이마십니다. 폐에 들어간 연무제는 혈관으로 흡수됩니다. 전자담배, 베이핑 펜, 베이프, 모드, 탱크, 전자 후카 등 다양한 베이핑 기구가 있습니다. 캐나다 보건부(Health Canada)에 따르면, “식물성 글리세린 및 프로필렌글리콜이 베이핑 제품의 주 액상 성분이다. 이 물질들은 화장품, 감미료 등 여러 소비자 제품에 사용될 경우에는 안전한 것으로 여겨진다. 그러나 베이핑 제품에 함유된 동 물질을 흡입하는 것의 장기적 안전은 알려져 있지 않으며 지속적으로 감정되고 있다.”

캐나다의 베이핑에 관해 더 자세히 알아보려면 다음 웹페이지를 방문하십시오:

- [캐나다 보건부\(Health Canada\) - About vaping\(베이핑에 관하여\)](#)
- [BC 주 정부 - BC Vaping Information\(BC 베이핑 정보\)](#)
- [캐나다 보건부 - Risks of Vaping\(베이핑의 위험\)](#)
- [QuitNow - E-cigarettes\(전자담배\)](#)
- [캐나다 보건부 - Vaping in Canada: What we know\(캐나다의 베이핑: 우리가 아는 것\)](#)
- [캐나다 보건부 - Vaping and quitting smoking\(베이핑과 담배 끊기\)](#)
- [캐나다 보건부 - Vaping product regulation\(베이핑 제품 규정\)](#)

베이핑은 기존의 흡연자에게는 흡연보다 덜 해롭기는 하지만, 폐 손상을 일으킬 수 있는 화학 물질에 사용자를 노출시킵니다. 게다가 중독성이 강한 니코틴에도 노출시킵니다. 아동, 청소년 및 비흡연자는 중독 등, 니코틴의 해로운 효과에 매우 취약합니다. 임신부도 위험이 높습니다. 아동 및 청소년은 성인보다 낮은 수준의 노출에도 니코틴에 의존하게 될 위험이 있습니다. 장기적 베이핑의 장기적 보건 영향은 거의 알려져 있지 않습니다.

대마초도 베이핑으로 흡입할 수 있으며 니코틴, 알코올, 기타 약물 또는 건강 보조 제품과 함께 사용하면 안 됩니다. 장해 및 기타 역효과의 위험을 높일 수 있기 때문입니다.

베이핑과 관련된 보건 문제에 관해 더 자세히 알아보려면 다음 웹페이지를 방문하십시오: [대마초, HealthLinkBC.ca](#).

- [캐나다 보건부 - Talking with your teen about vaping-a tip sheet for parents\(베이핑에 관하여 10 대 자녀와 대화하기 - 부모를 위한 조언\) \(PDF, 413KB\)](#)
- [캐나다 정부 - Severe lung illness related to vaping\(베이핑과 관련된 중증 폐 질환\)](#)
- [캐나다 공중보건국\(Public Health Agency of Canada\) - Statement from the Council of Chief Medical Officers of Health on vaping in Canada\(캐나다의 베이핑에 관한 수석보건의료관협의회의 성명서\)](#)
- [Fraser Health Authority - Talking about vaping with teens\(베이핑에 관하여 10 대 청소년과 대화하기\)](#)

- [BC 주 정부 - Health Info for Adults\(성인을 위한 보건 정보\)](#)
- [BC 주 정부 - Health Info for Youth\(청소년을 위한 보건 정보\)](#)

청소년과 베이핑

약물 사용 등의 문제에 관해 여러분의 자녀 및 다른 가족들과 솔직하게 개방적으로 대화하는 것은 긍정적인 연결 관계를 구축하고 회복력을 높여줄 수 있습니다. 가족과의 대화에 관한 조언을 찾아보려면 저희 [Parenting Articles\(육아 관련 기사\)](#)를 참조하십시오.

- [캐나다 보건부 - Consider the Consequences of Vaping\(베이핑의 결과를 생각해보십시오\)](#)
- [캐나다 보건부 - Talking with your teen about vaping-a tip sheet for parents\(베이핑에 관하여 10 대 자녀와 대화하기 - 부모를 위한 조언\)](#)
- [BC 주 정부 - Youth Support\(청소년 지원\)](#)
- [BC 주 정부 - Talking to Teens About Vaping\(베이핑에 관하여 10 대 청소년과 대화하기\)](#)
- [밴쿠버교육청\(Vancouver School Board\) - Vaping Fact Sheets\(베이핑 자료표\)](#)

BC 주의 베이핑 제품 사용 관련 법규

BC 주에서 베이핑 제품은 담배 제품과 똑같은 방식으로 규제됩니다. 담배 및 베이핑 제품은 미성년자에게 판매할 수 없으며 공공연하게 홍보할 수 없습니다. 공공 건물 및 직장, 공공 건물의 출입문 또는 공기흡입구 근처, 학교 경내 등에서는 사용할 수 없습니다. BC 주의 현행 베이핑 관련 법규에 관해 더 자세히 알아보려면 [BC 주 정부 - Requirements under the Tobacco and Vapour Products Control Act and Regulation \(담배및베이핑제품통제법 및 규정에 따른 요건\)](#) 웹페이지를 방문하십시오. BC 주에서 베이핑 제품을 구매할 수 있는 합법적 연령은 만 19 세입니다.

관련 법규에 관해 자세히 알아보려면 다음 웹페이지를 방문하십시오:

- [BC 주 정부 - Laws\(법\)](#)
- [BC 주 정부 - Tobacco and Vapour Free Places\(담배 및 베이핑 증기 없는 곳\)](#)
- [캐나다 정부 - 담배및베이핑제품법\(Tobacco and Vaping Products Act\)](#)
- [BC 주 정부 - Tobacco and Vapour Products\(담배 및 베이핑 제품\)](#)

담배를 끊으십시오

담배를 끊는 것은 어려울 수 있지만, 담배를 줄이거나 완전히 끊을 수 있는 사람이 많습니다. 피우는 담배를 씹는 담배 등의 다른 니코틴 제품으로 바꾸는 것도 여전히 해롭습니다. 베이핑 제품 및 전자담배는 흡연 담배보다는 덜 해로운 방식으로 니코틴을 공급하지만, 해롭지 않은 것은 아닙니다. 니코틴 사용을 중지할 수 없거나 중지하고 싶지 않은 흡연자에게는 이런 제품이 보건 위험을 어느 정도 줄여줄 수 있지만, 이것도 베이핑 제품 또는 전자담배로 완전히 바뀌어야 가능합니다. 담배 끊는 방법과 유혹 및 갈망에 대처하는 방법에 관한 조언을 찾아보려면 아래 링크를 클릭하십시오.

- [담배 끊기\(HealthLinkBC File #30c\)](#)
- [Quitting Smoking: Getting Support\(담배 끊기: 도움 받기\)](#)
- [Quitting Smoking: Preventing Slips or Relapses\(담배 끊기: 실패 또는 재발 방지\)](#)
- [Quitting Smoking: Temptations and Cravings\(담배 끊기: 유혹과 갈망\)](#)
- [담배 대용품의 보건 위험\(HealthLinkBC File #30b\)](#)
- [BC 주 정부 - Vaping and Quitting Smoking\(베이핑과 담배 끊기\)](#)

QuitNow 는 브리티시컬럼비아주 정부가 무상으로 제공하는 담배 끊기 프로그램입니다. BC 주 폐협회(BC Lung Association)가 [QuitNow](#) 웹사이트에서 온라인으로 배급하고 있는 이 프로그램은 전화, 채팅 또는 문자 메시지로 일대일 지도를 무료로 제공하여 담배 끊기를 돕습니다. QuitNow 는 또한 계획 수립 도구, 문자 메시지 조언 등과 아울러 담배를 끊고자 하는 다른 사람들로부터 아이디어를 얻을 수 있는, 현재 활동 중인 소셜미디어 커뮤니티도 제공합니다. PharmaCare BC Smoking Cessation Program 은 담배 끊기 처방약 또는 니코틴 대체 요법 제품에 드는 비용을 지원함으로써 담배를 끊거나 다른 담배 제품을 사용하고자 하는 BC 주의 유자격 주민을 돕습니다. 이 프로그램에 대해 자세히 알아보려면 다음 PharmaCare 웹페이지를 방문하십시오: [BC Smoking Cessation Program](#).

흡연 및 간접 흡연의 보건 위험에 관한 정보와 담배 끊기 보조제에 관한 조언을 찾아보려면 저희의 [금연](#) 보건 기사를 읽어보십시오.

유용한 자료

알코올약물안내및연계서비스(Alcohol and Drug Information and Referral Services)

[알코올약물안내및연계서비스\(Alcohol & Drug Information Referral Service - ADIRS\)](#)는 약물 사용 문제(알코올 또는 기타 약물)로 도움이 필요한 BC 주 주민에게 무상으로 안내 및 서비스 연계 서비스를 비밀리에 제공합니다. 지역사회 내 약물 사용 치료 서비스와 연계해주는 서비스는 모든 연령의 주민에게 제공됩니다.

ADIRS 연락처: 무료 전화 1-800-663-1441(로어 메인랜드: 604-660-9382). 다중언어 전화 도우미 서비스를 연중무휴, 하루 24 시간 무료로 제공합니다.

BC 주 질병통제센터(BC Centre for Disease Control)

BCCDC 는 전염성 만성 질환, 예방 가능한 상해, 환경 보건 위험 등을 억제하기 위한 보건 증진 및 예방 서비스, 진단 및 치료 서비스를 제공합니다. 또한, BCCDC 는 정부 보건 당국에 분석 서비스 및 정책 지원을 제공하기도 합니다.

- [Vaping\(베이핑\)](#)

브리티시컬럼비아주 약물및독물정보센터(British Columbia Drug and Poison Information Centre)

약물, 의약품 또는 화학품에 중독된 것으로 보이는 사람이 있을 경우, [독물통제센터\(Poison Control Centre\)](#)에 전화하십시오. 동 센터의 헬프라인은 연중무휴, 하루 24 시간 운영됩니다(604-682-5050, BC 주 내 무료 전화 1-800-567-8911). 150 여 개 언어로의 전화 통역 서비스도 제공됩니다.

브리티시컬럼비아주폐협회 (British Columbia Lung Association)

브리티시컬럼비아주폐협회는 폐 질환 치료법 연구를 지원합니다. 동 협회는 아이들이 담배 및 전자담배에 손대지 않도록 하기 위한 프로그램을 운영하며, 우리 모두가 숨쉬는 공기를 보호하는 법을 옹호합니다. 베이핑 방지 도구 키트도 제공합니다.

- [Vaping Prevention Toolkit\(베이핑 방지 도구 키트\)](#)
- [Vaping Toolkit\(베이핑 도구 키트\)](#)

최근 업데이트: 2019 년 11 월 19 일

더 많은 HealthLinkBC File 주제를 찾아보려면 웹사이트 www.HealthLinkBC.ca/healthfiles 또는 관내 보건소를 방문하십시오. BC 주 내에서 비응급 보건 정보 및 조언을 찾아보려면 웹사이트 www.HealthLinkBC.ca를 방문하거나 **8-1-1**(무료 전화)로 전화하십시오. 청각 장애 관련 지원을 받으려면 **7-1-1**로 전화하십시오. 요청에 따라 130여 개 언어로의 번역 서비스가 제공됩니다.