

현재 흡연자, 과거 흡연자, 비흡연자간 우울감, 주관적 건강수준, 삶의 질 비교

문숙자, 황은정*
세한대학교 간호학과

Comparison of depression, subjective health status, and quality of life among present smokers, past smokers and non-smokers

Sook Ja Moon, Eun Jeong Hwang*
Department of Nursing, Sehan University

요약 이 연구의 목적은 현재 흡연자와 과거 흡연자, 비흡연자간의 우울감, 주관적 건강수준, 삶의 질을 비교하는 것이다. 이 연구는 '2019년 지역사회 건강조사' 자료를 활용하여 현재 흡연자 3,707명, 과거 흡연자 2,900명, 비흡연자 9,594명으로 최종 16,201명을 선정하였다. 대상자 선정기준은 최근 1년간 병의원 치료를 받은 질환이 없는 19세 이상 대상으로 하였으며, 특히 과거 흡연자는 최근 1년 이상 금연을 유지하고 있는 대상으로 한정하였다. 자료 분석은 기술통계 분석, Chi-square test, Mann-Whitney test, Kruskal-Wallis test를 활용하였다. 이 연구결과에서 성별로 구분하여 현재 흡연자, 과거 흡연자, 비흡연자 간에 우울감, 주관적 건강수준, 삶의 질을 비교한 결과 유의한 차이를 보였다 ($p < .001$). 남자 비흡연자가 우울감은 가장 낮고, 주관적 건강수준과 삶의 질은 가장 높은 것으로 나타났다. 여자 흡연자가 우울감이 가장 높았고, 삶의 질은 가장 낮은 것으로 나타났다. 주관적 건강수준은 여자 과거 흡연자가 가장 낮았다. 여자 흡연자와 과거 흡연자에 대한 건강관리 프로그램이 제공되어야 할 것이다. 그러므로 대상자의 다양한 측면을 고려한 맞춤형 금연프로그램이 개발되어야 할 것이다. 향후 연구에서는 대상자의 일반적 특성을 반영한 지속적인 흡연관련 반복 연구를 제안한다.

Abstract This study aimed to compare depression, subjective-health-status, and quality-of-life between present smokers, past smokers, and non-smokers. The subjects of this study were 3,707 smokers, 2,900 past smokers, and 9,594 non-smokers in the final 16,201 samples, selected from the '2019 Community Health Survey' data. The selection criteria included subjects aged 19 or older who did not have a disease that required hospital treatment over the past year. In particular, past smokers were limited to those who abstained from smoking for the last year or more. The data were analyzed utilizing the chi-square test, Mann-Whitney test, and the Kruskal-Wallis test. A significant difference was found while comparing depression, subjective-health-level, and the quality-of-life among present smokers, past smokers, and non-smokers by gender ($p < .001$). Male non-smokers showed the lowest level of depression and the highest subjective-health-status and quality-of-life. On the other hand, it was found that female present smokers had the highest level of depression and the lowest quality-of-life. The subjective-health-level was the lowest among female past smokers. Based on these findings, health-care-programs for female smokers and past smokers should be provided. Also, a customized smoking-cessation-program should be developed considering various aspects of the subjects. In future research, we suggest repeat studies that reflect the general characteristics of the subjects related to smoking.

Keywords : Depression, Subjective-Health-Status, Quality-of-Life, Smokers, Past-Smokers, Non-Smokers

이 논문은 2021년도 세한대학교 교내연구비 지원에 의하여 찍어진 것임

*Corresponding Author : Eun Jeong Hwang(Sehan Univ.)

email: eejh@naver.com

Received July 15, 2021

Revised August 11, 2021

Accepted November 5, 2021

Published November 30, 2021

1. 서론

1.1 연구의 필요성

흡연은 각종 암, 심혈관계 질환 등의 주요 원인으로 건강을 심각하게 위협하는 것으로 알려져 있다[1]. 그럼에도 불구하고 2019년 기준 우리나라 남자 흡연율은 28.5%로 OECD 평균 20.4%에 비해 높은 것으로 나타났다[2]. 흡연자들은 흡연하는 가장 큰 이유로 스트레스, 불안 등 정신적 문제를 해소하고자 하는 것이라 하였다[3,4]. 그러나 흡연은 일시적으로 도움은 될 수 있지만, 결과적으로 비흡연자에 비해 정신적 건강에 해로운 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다[5,6]. 흡연은 우울의 주요 변인 중 하나로 제시되며[7-9], 우울과 니코틴 의존도가 유의한 상관관계가 있다 하였다[10]. 관련 연구에서 우울 환자의 33%가 흡연을 하고 있으며[11], 우울정도가 높을수록 흡연을 많이 한다 하였다[9], 또한 우울정도가 높을수록 금연율이 낮아지고 금연유지 실패율이 증가한다고 하였다[12]. 더욱이 흡연은 삶의 질에 부정적 영향을 끼치는 것으로 보고되고 있다. 흡연자가 비흡연자에 비해 자살위험성이 유의하게 높다 하였다[13]. 또한 흡연과 흡연량은 자살생각이나 자살시도에 영향을 미치는 것으로 조사되어 삶의 질에도 심각한 부정적 영향을 끼칠 수 있다 하였다[14-16]. 이렇듯 흡연이 신체적, 정신적 측면에서 부정적 영향을 미치는 것을 확인할 수 있었다. 관련 연구에서는 흡연자와 비흡연자 간에 우울, 건강상태 등을 비교한 연구는 많이 발견할 수 있었으나[5,9,17], 흡연자, 비흡연자와 함께 금연자를 포함하여 비교한 연구는 발견하기 어려웠다. 일부 선행연구에서 흡연, 금연, 비흡연 집단 간에 우울 등을 분석하였으나, 중소기업 직장인으로 대상자를 한정하였고, 금연자의 금연기간을 고려하지 않았음을 제한점으로 밝혔다[18]. 이러한 선행연구에서 드러난 제한점을 보완하여 흡연자, 과거흡연자, 비흡연자 간에 우울, 주관적 건강수준, 삶의 질에 차이를 좀 더 면밀하게 확인할 필요가 있을 것이다. 이를 통해 흡연자, 과거흡연자, 비흡연자 간의 상태를 좀 더 정확하게 분석 비교한 자료를 생산함으로써 보다 효과적인 금연 중재 프로그램 개발을 도모할 수 있을 것이다.

1.2 연구 목적

이 연구의 목적은 현재 흡연자, 과거 흡연자, 비흡연자 간에 우울감, 주관적 건강수준, 삶의 질을 비교하는 것이다. 궁극적으로 이 연구는 흡연유형에 따른 금연프

로그램의 개발 및 개선을 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 본론

2.1 연구방법

2.1.1 연구설계

이 연구는 '2019년 지역사회 건강조사' 자료를 활용하여 현재 흡연자, 과거 흡연자, 비흡연자 간에 우울감, 주관적 건강수준, 삶의 질을 비교하기 위한 비실험적 탐색연구이다.

2.1.2 연구대상 및 자료수집

이 연구는 질병관리청으로부터 공식적으로 습득한 '2019년 지역사회 건강조사' 원시자료에서 연구 목적에 부합하는 자료를 추출하여 활용하였다. 2019년 지역사회 건강조사 표본 선정과정은 조사시점 기준 주민등록상만 19세 이상 성인을 표적모집단으로 설정한 후 읍면동과 주택유형별로 층화하여 표본지점을 설정한 후 표본가구에서 계통 추출하였다. 최종 선정된 표본가구는 가구원 모두가 대상자에 포함되었다. 자료수집 과정은 훈련된 조사원이 표본가구에 직접 방문하여 대상자들에게 조사의 목적과 비밀보장 등을 설명하고 1:1 면접을 통한 전자설문조사로 진행하였다. 조사기간은 2019년 8월 6일에서 10월 31일까지였다. 이 연구의 대상자 선정과정은 먼저 '2019년 지역사회 건강조사' 전체 대상자 수는 총 229,099명을 확인하였다. 이들 중 최근 1년간 병의원 치료를 필요로 하는 질환이 있는 대상자 212,713명과 무응답자 16명을 제외한 16,370명을 1차 선정하였다. 이들을 대상으로 현재 흡연자, 과거 흡연자, 비흡연자 세 집단으로 분류하였다. 먼저 현재 흡연자는 현재 흡연 여부를 묻는 문항에 '매일 피움'과 '가끔 피움'을 답한 자로 하였다. 과거 흡연자는 '과거에 피웠으나 현재 피우지 않음'을 답한 자로 하였다. 특히 과거 흡연자는 금연기간을 일정하게 유지하고 있는 금연자이어야 함으로 금연기간이 1년 미만인 169명을 제외하였다. 비흡연자는 현재 흡연 여부를 묻는 문항에 '비해당'으로 답한 자로 하였다. 따라서 이 연구의 대상자는 현재 흡연자 3,707명, 과거 흡연자 2,900명, 비흡연자 9,594명으로 최종 16,201명을 선정하였다.

2.1.3 연구도구

이 연구에서의 조사도구는 학계 전문가, 시도 및 보건소 공무원들이 참여하여 검토와 수렴을 거쳐 보건복지부와 질병관리본부에서 '2019년 지역사회 건강조사'를 통해 개발된 조사도구이다. 이 연구에서의 목적에 부합하는 항목을 추출하여 사용하였다. 이들은 크게 '일반적 특성', '우울감', '주관적 건강수준', '삶의 질'로 구성되었으며, 각 요인별 구성문항과 측정방법을 제시하면 다음과 같다.

2.1.3.1 흡연 유형

이 연구에서 대상자를 현재 흡연자, 과거 흡연자, 비흡연자 3집단으로 구분하였다. 현재 흡연자군은 현재 흡연 여부를 묻는 문항에 '매일 피움'과 '가끔 피움'으로 답한 대상으로 구성되었다. 과거 흡연자군은 '과거에는 피웠으나 현재는 피우지 않음'으로 답한 대상으로 구성하였다. 마지막으로 비흡연자군은 흡연여부를 묻는 문항에 '비해당'으로 답한 대상으로 구성하였다.

2.1.3.2 우울감

이 연구에서 대상자의 우울감은 최근 2주간 경험한 9개 항목으로 구성되었다. 그 세부내용을 살펴보면, '일에 대한 흥미/재미', '우울감/절망감', '잠들기 어렵거나 너무 많이 잠', '피로감', '식욕저하/과식', '자신이 나쁜 사람/실패자/나 때문에 자신과 가족이 불행하게 됨', '신문/TV 시청 시 집중 어려움', '초조불안, 많이 돌아다님', '차라리 죽는게 낫다는 생각/스스로 상처를 주는 생각'이다. 각 문항은 Likert 4점 척도(1점=전혀아니다, 2점=여러날 동안, 3점=일주일 이상, 4점=거의 매일)로 측정되었다. 9개 항목의 총합이 현재 우울감 점수가 되며, 최저 9점에서 최고 36점 범위이다. 점수가 높을수록 현재 우울감이 높음을 의미한다. 이 연구에서 대상자의 우울감도구의 신뢰도는 Cronbach's α 0.800이었다.

2.1.3.3 주관적 건강수준

이 연구에서 대상자가 인지하는 본인의 건강수준은 1문항으로 Likert 5점 척도(1점=매우 나쁨, 2점=나쁨, 3점=보통, 4점= 좋음, 5점=매우 좋음)로 측정하였다.

2.1.3.4 삶의 질

이 연구에서 모든 상황을 고려하여 최근 본인의 삶에 어느 정도 만족하는가를 묻는 1문항으로 구성되었다. 삶의 질 측정도구는 숫자등급 10점 척도로 점수가 높을수

록 삶의 질이 높음을 의미한다.

2.1.4 자료 분석방법

이 연구의 자료는 IBM SPSS 21 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

- 1) 이 연구 대상자의 일반적 특성은 기술통계 분석하였다.
- 2) 이 연구대상자에서 남자 대상자의 경우 현재 흡연자, 과거 흡연자, 비흡연자간의 우울감, 주관적 건강수준, 삶의 질 간의 차이는 t-test, ANOVA로 비교하였고, 여자 대상자는 대상자 수의 큰 차이로 인해 비모수통계인 Mann-Whitney test, Kruskal-Wallis test로 비교하였다.

2.1.5 윤리적 고려

이 연구는 수행하기 전에 연구자가 소속한 S대학 연구윤리위원회의 IRB(SH-IRB 2021-72) 심의를 거쳤다. 본 연구에서 활용한 자료는 2019년 지역사회건강조사를 통해 수집된 2차 자료로, 자료 수집 기관에 원자료를 요청하여 해당기관 승인 하에 자료를 받아 연구목적에 따라 사용하였다.

2.2 연구 결과

2.2.1 연구대상자의 일반적 특성

이 연구대상자의 일반적 특성 차이는 Table 1에서 보여주고 있다. 자세히 살펴보면 남자는 8,737명(53.93%)이고, 여자는 7,464명(46.07%)이었다. 대상자의 연령 분포는 29세 이하가 3,388명(20.91%)로 가장 많았고, 70세 이상이 1,829명(11.29%)로 가장 적었다. 평균연령은 46.99(±17.43)이며 범위는 19세에서 98세였다. 교육정도는 고등학교 졸업이 4,888명(30.19%)으로, 결혼상태는 기혼이 9,654명(59.64%)으로 가장 많았다. 직업은 '있다'고 답한 대상자가 11,128명(68.72%)으로 '없다'고 답한 대상자 5,065명(31.28%) 보다 많았다. 기초생활수급권자가 '아니다'고 답한 대상자가 15,739명(97.18%)로 대다수를 차지하였다.

2.2.2 현재 흡연자, 과거흡연자, 비흡연자 간에 일반적 특성 비교

이 연구에서 현재 흡연자, 과거 흡연자, 비흡연자들의 일반적 특성 차이를 Table 2에서 보여주고 있다. 평균연령은 과거 흡연자가 53.61세(±16.29)로 가장 높았고,

비흡연자가 45.35세(±18.11), 현재 흡연자가 45.43세(±15.10) 순으로 높아 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 교육정도에서 현재 흡연자와 과거흡연자는 고등학교 졸업자가 가장 많았고, 비흡연자는 대학 졸업자가 가장 많아 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 결혼 상태는 세 집단 모두 기혼자가, 직업은 '있다'고 답한 대상자가, 기초생활수급권자는 '아니다'라고 답한 대상자가 가장 많았다.

2.2.3 현재 흡연자, 과거흡연자, 비흡연자 간에 우울, 주관적 건강수준, 삶의 질 비교

이 연구대상자를 남자와 여자로 구분하여 현재 흡연자, 과거 흡연자, 비흡연자 간에 우울, 주관적 건강수준, 삶의 질 간의 차이를 Table 3에서 보여주고 있다. 먼저, 남자 대상자의 결과를 살펴보면, 남자 대상자는 현재 흡연자, 과거 흡연자, 비흡연자 간에 우울감, 주관적 건강수준, 삶의 질에 있어 모두 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 남자 대상자의 우울감은 흡연자, 과거 흡연자, 비흡연자 순으로 높았다. 남자 대상자의 주관적 건강수준은 비흡연자, 현재 흡연자, 과거 흡연자 순으로 좋았

다. 남자 대상자의 삶의 질은 비흡연자, 과거 흡연자, 현재 흡연자 순으로 높았다. 여자 대상자도 현재 흡연자, 과거 흡연자, 비흡연자 간에 우울감, 주관적 건강수준, 삶의 질이 모두 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 여자 대상자의 우울감은 현재 흡연자, 과거 흡연자, 비흡연자 순으로 높았다. 여자 대상자의 주관적 건강수준은 비흡연자, 현재 흡연자, 과거 흡연자 순으로 좋았다. 여자 대상자의 삶의 질은 비흡연자, 과거 흡연자, 현재 흡연자 순으로 높았다. 이를 종합하면, 남자 비흡연자가 우울감은 가장 낮고, 주관적 건강수준과 삶의 질은 가장 높은 것으로 나타났다($p<.001$). 반면에 여자 흡연자가 우울감이 가장 높고, 삶의 질은 가장 낮으며, 여자 과거 흡연자가 주관적 건강수준이 가장 낮았다($p<.001$).

2.3 논의

이 연구는 '2019년 지역사회 건강조사' 자료를 활용하여 현재 흡연자, 과거 흡연자, 비흡연자 간에 일반적 특성, 우울감, 주관적 건강수준, 삶의 질 차이를 비교하였다. 현재 흡연과 관련하여 우려되는 집단으로 여성, 젊

Table 1. General characteristics of subjects

(N=16,201)

Characteristics	Categories	N	%	M±SD	Range
Gender	Male	8,737	53.93		
	Female	7,464	46.07		
Age (year)	Below 29	3,388	20.91	46.99±17.43	19-98
	30-39	2,645	16.33		
	40-49	2,996	18.49		
	50-59	3,050	18.83		
	60-69	2,293	14.15		
	Over 70	1,829	11.29		
Educational level	Illiteracy	454	2.80		
	Elementary school	1,574	9.72		
	Middle school	1,379	8.52		
	High school	4,888	30.19		
	College	2,688	16.60		
	University	4,593	28.37		
Marriage status	Over graduated	615	3.80		
	Married	9,654	59.64		
	Divorced	617	3.81		
	Widowed	1,013	6.26		
	Separation	255	1.58		
Employment status	Never married	4,648	28.71		
	Employed	11,128	68.72		
Eligibility for basic livelihood rights	Unemployed	5,065	31.28		
	Yes	325	2.01		
	In the past	131	0.81		
	No	15,739	97.18		

†No response were excluded

Table 2. Comparison of general characteristics among present smoker, past smoker, and non-smoker

Characteristics	Categories	Present smoker (n=3,707)	Past smoker (n=2,900)	Non-smoker (n=9,594)	X ² or Z (p)
Gender [†]	Male	3,424 (21.14)	2,678 (16.53)	2,635 (16.26)	7587.540 (<.001)
	Female	283 (1.75)	222 (1.37)	6,959 (42.95)	
Age (year)	Below 29	694 (4.28)	204 (1.26)	2,490 (15.37)	890.491 (<.001)
	30-39	687 (4.24)	390 (2.41)	1,568 (9.68)	
	40-49	832 (5.13)	523 (3.23)	1,641 (10.13)	
	50-59	815 (5.03)	608 (3.76)	1,627 (10.04)	
	60-69	462 (2.85)	632 (3.90)	1,199 (7.40)	
	Over 70	217 (1.34)	543 (3.35)	1,069 (6.60)	
	M±SD	45.43±15.10	53.61±16.29	45.35±18.11	576.522 (<.001)
Educational level	Illiteracy	36 (0.22)	65 (0.40)	353 (2.18)	481.198 (<.001)
	Elementary school	242 (1.49)	329 (2.03)	1,003 (6.20)	
	Middle school	310 (1.92)	350 (2.16)	719 (4.44)	
	High school	1,445 (8.92)	929 (5.74)	2,514 (15.53)	
	College	709 (4.38)	404 (2.49)	1,575 (9.73)	
	University	883 (5.46)	685 (4.23)	3,025 (18.68)	
	Over graduated	76 (0.47)	138 (0.85)	401 (2.48)	
Marriage status	Married	2,048 (12.65)	2,221 (13.72)	5,385 (33.27)	757.734 (<.001)
	Divorced	244 (1.51)	111 (0.68)	262 (1.62)	
	Widowed	97 (0.60)	116 (0.72)	800 (4.94)	
	Separation	83 (0.52)	60 (0.37)	112 (0.69)	
	Never married	1,228 (7.58)	390 (2.41)	3,030 (18.72)	
Employment status [‡]	Employed	3,031 (18.72)	2,233 (13.79)	5,864 (36.21)	649.676 (<.001)
	Unemployed	672 (4.15)	667 (4.12)	3,726 (23.01)	
Eligibility for basic livelihood rights	Yes	91 (0.56)	45 (0.28)	189 (1.17)	10.590 (.032)
	In the past	38 (0.24)	18 (0.11)	75 (0.46)	
	No	3,575 (22.07)	2,837 (17.52)	9,327 (57.59)	

[†]No response were excluded

[‡]Fisher's exact test

Table 3. Comparison of depression, subjective health status, quality of life among smoking types according to gender

Variables	Classification	M±SD			F / X ²	p
		Present smoker	Past smoker	Non-smoker		
Depression	Male	10.73±2.66	10.42±2.20	10.38±2.30	18.173	<.001
	Female	12.84±4.07	12.56±4.22	10.89±2.66	33.895	<.001
	Z (p)	-10.669 (<.001)	-9.169 (<.001)	-9.950 (<.001)		
Subjective health status	Male	3.51±0.80	3.48±0.80	3.74±0.79	82.860	<.001
	Female	3.29±0.73	3.21±0.76	3.44±0.80	161.068	<.001
	Z (p)	-4.542 (<.001)	-4.784 (<.001)	-15.732 (<.001)		
Quality of life	Male	6.88±2.17	7.38±3.75	7.54±3.47	37.431	<.001
	Female	6.33±1.90	6.45±2.10	7.35±3.93	173.591	<.001
	Z (p)	-4.926 (<.001)	-5.540 (<.001)	-6.221 (<.001)		

[†]No response were excluded

[‡]Fisher's exact test

은 층, 낮은 교육수준을 제시하고 있다[19]. 이 연구결과에서 남자 흡연율은 39.2%이며, 여자 흡연율 3.8%로 나타났다. 이는 OECD에서 보고한, 우리나라 남자 흡연율 28.5% 보다 높지만[1], 여자 흡연율 4.4% 보다는 낮았다. 현재 우리나라 여자 흡연율은 OECD 국가 평균 여자 흡연율 12.6%에 비해 매우 낮지만[1], 우리나라 여자 흡연자는 정확하게 보고하지 않은 경향을 보인다 하여[19] 안심할 수는 없을 것이다. 이 연구결과에서 여자 현재 흡연자는 남자 현재 흡연자에 비해 우울감은 높고, 삶의 질은 낮을 뿐 아니라 다른 모든 집단에 비해 가장 우울감이 높고, 삶의 질이 가장 낮은 것으로 나타났다. 이는 Kim 등[17]의 연구에서 여성이 남성에 비해 스트레스 점수가 높다고 한 연구결과와 일관성을 보였다. 여성 흡연자의 경우 비흡연자에 비해 스트레스에 취약하며, 금연중재 프로그램의 효과도 남자에 비해 낮은 것으로 보고되고 있다[20]. 우울정도가 높을수록 흡연을 많이 한다 하였다 [9], 또한 우울정도가 높을수록 금연율이 낮아지고 금연 유지 실패율이 증가한다고 하였다[12]. 또한 이 연구결과에서 29세 이하 집단의 현재 흡연율이 30대 집단의 현재 흡연율에 비해 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과들에서, 여성과 젊은 흡연자들에게 적합한 금연프로그램이 필요하며 특히 여성 흡연자들을 위한 우울증 관리가 요구된다고 할 것이다. 이 연구결과에서 흡연자는 고졸이 가장 많고, 비흡연자는 대졸이 가장 많은 것으로 나타나 Park 등[19]가 언급한 교육수준이 낮은 흡연자에 대한 전략의 필요성과의 일관성을 보였다.

이 연구결과에서 기혼자는 과거 흡연자가, 미혼자는 현재 흡연자가 가장 많은 것으로 나타났다. 이는 Hong [3]의 연구에서 기혼자가 미혼자에 비해 금연 성공율이 높다고 한 결과와 일관되었다. 이 연구결과에서 현재 흡연자, 과거 흡연자, 비흡연자 간에 우울감, 주관적 건강수준, 삶의 질에 있어 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 우울감은 현재 흡연자가 가장 높았고, 비흡연자가 가장 낮았다. Yi 등[21]의 연구에서 우울은 니코틴 의존도에 유의한 영향요인으로 밝혀 이 연구결과를 뒷받침 해주었다. Dudas, Hans, Barbas [22]에 의하면, 흡연자는 비흡연자에 비해 불안과 우울정도가 매우 높다 하였으며, Brealau 등[23]은 흡연자는 비흡연자에 비해 우울증 위험도도 유의하게 증가한다고 한 연구결과와도 이 연구결과는 일관성을 보였다.

Hong [3]에 의하면 유병일수가 많을수록 금연성공 가능성이 높다 하여, 이 연구결과에서 흡연자에 비해 과거 흡연자들이 주관적 건강수준이 낮은 이유를 설명해 주었

다. 또한 Song과 Lee [24]에 의하면 주관적 건강수준이 높을수록 금연성공 가능성이 낮아진다고 하였다. Ahn [25]의 연구에서는 젊은 대상자에 비해 노인 대상자의 금연의도가 유의하게 낮은 것으로 보고하였다. 이를 종합하면, 나이가 들어도 질병에 걸리지 않으면 금연할 생각이 없다가 질병이 걸리는 시점에서 어쩔 수 없이 금연을 하는 것으로 보여 진다.

이 연구에서 현재 흡연자의 삶의 질이 가장 낮고 비흡연자의 삶의 질이 가장 높은 것으로 나타난 결과는 Kim 와 Kim [13]의 연구에서 흡연자가 비흡연자에 비해 자살 위험성이 높다고 한 결과와 일관성을 보였다. Hong [3]의 연구에서 금연 성공자가 흡연자에 비해 주관적 생활만족도가 높다고 한 연구결과와도 이 연구결과는 유사하였다. 한편 Hong [3]의 연구에서 비록 금연할 의도가 전혀 없는 대상자와 금연 성공자 간의 생활만족도는 유의한 차이가 없었지만, 금연 성공자의 생활만족도는 흡연자의 생활만족도에 비해 유의하게 높은 것으로 보고하였다. 이를 통해 금연 의도 없이 흡연하는 동안에는 높은 후생을 누리다가 금연을 시도하는 경우 후생이 일시적으로 감소는 하지만 최종적으로 후생수준이 상승한다 하였다[21]. 흡연을 전혀 하지 않은 것이 가장 바람직 할 것이다. 하지만, 일단 흡연을 하고 있는 경우일지라도 되도록 빠른 시일 내에 금연을 실천하는 것이 좋을 것이다. 금연 초기에는 여러 가지 힘든 상황으로 쉽게 포기할 수도 있지만, 이러한 고비만 넘기면 우울감과 삶의 질은 회복되는 것으로 연구결과는 보여주고 있다. 금연이 성공하기 위해서는 정부, 학계, 관련 전문가의 공감대를 형성하고 심도 있는 연구와 정책 개발이 활발히 이루어져야 할 것이다.

3. 결론

이 연구는 '2019년 지역사회 건강조사' 자료를 활용하여 현재 흡연자, 과거 흡연자, 비흡연자 간에 우울감, 주관적 건강수준, 삶의 질 간에 유의한 차이가 있음을 확인하였다. 궁극적으로 이 연구결과를 바탕으로 금연 프로그램의 개발 및 효과를 향상시키기 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

이 연구결과를 종합하여 다음과 같이 몇 가지 정책적 제언을 하고자 한다. 첫째, 이 연구결과에 과거흡연자들의 주관적 건강수준이 가장 낮은 것으로 나타났다. 따라서 과거 흡연자 즉, 금연자에 대한 건강관리 지원프로그

램이 제공되어야 할 것이다. 둘째 여자 흡연자와 과거흡연자에 대한 우울관리와 삶의 질 향상을 위한 지원 프로그램이 제공되어야 할 것이다. 특히 이 연구결과에서 여자 금연자들은 남자 흡연자 보다 우울감은 높고, 주관적 건강수준과 삶의 질이 낮은 것으로 나타났다. 셋째 여자 흡연자와 젊은 흡연자에 적합한 금연 프로그램이 개발되고 제공되어야 할 것이다. 금연프로그램 개발에 있어서 금연 뿐 아니라 대상자의 다양한 측면을 고려한 맞춤형 금연프로그램이 개발되어야 할 것이다.

이 연구의 제한점은 ‘2019년 지역사회 건강조사’를 통해 습득한 이차 자료를 활용하여 도출된 결과임으로 변수 선정에 한계가 있으며, 대상자의 주관적 진술로 자료를 습득하였으므로 결과 해석에도 제한이 있을 수 있다. 또한 ‘지역사회 건강조사’ 이차 자료를 활용하여 불가피하게 주관적 건강수준과 삶의 질 측정도구는 단일 문항으로 측정되어 선행연구와의 비교 해석에 제한이 있을 수 있다. 대상자의 일반적 특성에 대한 보정과정 없이 해석 및 일반화에 신중해야 할 것이다. 향후 연구에서는 대상자의 일반적 특성을 반영한 지속적인 흡연관련 반복 연구를 제안하고자 한다.

References

- [1] National Center for Chronic Diseases Prevention and Health Promotion (US) Office on Smoking and Health. The Health Consequences of Smoking - 50 years of progress [Internet]. U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention [cited 2021 Aug. 03]. Available From: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK179276/> (accessed Aug, 03, 2021)
- [2] Organization for Economic Cooperation and Development. OECD Health Statistics 2021 [Internet]. Organization for Economic Cooperation and Development [cited 2021 Aug. 05], Available From: <http://oecd.org/health/health-data.htm> (accessed Aug. 05, 2021)
- [3] S. Hong, "Does quitting smoking improve smokers' welfare?". *The Korean Journal of Health Economics and Policy*, Vol.20, No.2, pp.49-65, 2014.
- [4] S. O. Chang, J. A. Song, S. J. Lee, "Types of smoking in adult smokers and influential variables related to smoking", *Korean Journal of Adult Nursing*, Vol.20, No.1, Nov. pp.77-90, 2008.
- [5] S. H. Park, J. H. Kang, J. S. Chun, H. J. Oh, "A longitudinal comparative study of mental health between adolescent smokers and adolescent nonsmokers", *Journal of adolescent welfare*, Vol.12, No.2, pp.75-94, Jun. 2010.
- [6] J. M. Hwang, H. J. Kwon, Y. D. Park, "Analysis of the stress and factors related to socially/psychologically of dental patients from smoking", *Journal of Koran of Oral Health*, Vol. 34, No. 3, pp. 387-393, Jul. 2010.
- [7] H. S. Lee, "Effects of depression and impulsive behavior on smoking of adolescents", *The Korean Journal of Stress Research*, Vol. 22, No. 2, pp. 67-76, Jun. 2014.
DOI: <https://doi.org/10.17547/ksjr.2014.22.2.67>
- [8] T. Y. Lee, S. M. Choi, "Convergence study for relationship between cholesterol level on serum and depression in Korean adults", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 13, No. 5, pp. 269-276, May. 2015.
DOI: <https://doi.org/10.14400/JDC.2015.13.5.269>
- [9] M. O. Kim, M. Yu, S. J. Ju, K. S. Kim, J. H. Choi, H. J. Kim, "Depression cognition and health promoting behaviors of smoking and non-smoking college students", *Korean Journal of Health Education and Promotion*, Vol. 30, No. 3, pp. 35-46, Sep. 2013.
DOI: <https://doi.org/10.14367/kihep.2013.30.3.035>
- [10] O. S. Kim, S. H. Baik, "Alcohol consumption, cigarette smoking, and subjective health in Korean elderly men" *Addictive Behaviors*, Vol.29, No.8, pp. 1595-1603, Nov. 2004.
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2004.02.037>
- [11] A. Trosclair, S. R. Dube, "Smoking among adults reporting lifetime depression, anxiety, anxiety with depression, and major depressive episode, United States, 2005-2006", *Addictive Behaviors*, Vol. 35, No. 5, pp. 438-443, May. 2010.
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2009.12.011>
- [12] N. Breslau, E. O. Johnson, "Predicting smoking cessation and major depression nicotine- dependent smokers", *American Journal of Public Health*, Vol.90, No.7, pp.1122-1127, Jul. 2000.
DOI: <https://doi.org/10.2105/ajph.90.7.1122>
- [13] H. Y. Kim, E. J. Kim, "The effect of depression, drinking, smoking and social support on suicidal risk of rural elders who live alone", *Journal of the Korean Association for Social Service*, Vol.5, No.2, pp.123-158, Oct. 2014.
- [14] [M. K. Kim, K. E. Shin, "A study of the smoking and drinking behaviors among university and college students", *Journal of The Korean Society of Integrative Medicine*, Vol.3, No.4, pp.23-27, 2015.
DOI: <http://dx.doi.org/10.15268/ksim.2015.3.4.023>
- [15] J. S. Kim, "Suicidal ideation and association factors by sex in adolescents", *The Journal of the Korea Contents Association*, Vol.12, No.12, pp.261-268, Sep. 2012.
DOI: <http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2012.12.12.261>
- [16] J. Y. Kim. *Relationship between smoking condition and suicidal behavior of adolescents*. Masters' thesis, Yonsei University, Seoul, Korea, pp. 37-56, 2012.

- [17] H. Kim, J. Byeon, K. Kim, H. Rhee, "The association between perceived stress and depression in university students: moderated effect of ego gram", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 18, No. 2, pp.291-300. Feb. 2020.
DOI: <https://doi.org/10.14400/JDC.2020.18.2.291>
- [18] G. S. Won, *Research on stress, Depression, and Suicide Ideation among Employees of Small and Mid-size Companies: Comparison among Smokers, Smokers who quit and Non-Smokers*, Master's thesis, Inha University, Incheon, Korea, pp.1-66, 2016.
- [19] H. Park, J. Jun, S. Sohn, "Longitudinal patterns of stages of changes in smoking behaviour among Korean adult smokers: applying the Transtheoretical model of change", *Korean Journal of Social Welfare Studies*, Vol. 49, No. 1, pp.5-28, Mar. 2018.
DOI: <https://doi.org/10.16999/kasws.2018.49.1.5>
- [20] M. Kwak, E. J. Hwang, "The effects of smoking cessation coaching program based on motivation stage to stop smoking of patients at a public hospital", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol. 17, No. 4, pp.188-198. Apr. 2016.
DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.4.188>
- [21] J. Yi, J. Lee, J. Hong, "Influence of self-efficacy for smoking cessation, depression, social support and nicotine dependency in the college male smoker", *Journal of Digital Convergence*, Vol.15, No.6, pp.249-258, Jun. 2017.
DOI: <https://doi.org/10.14400/JDC.2017.15.6.249>
- [22] R. B. Dudas, K. Hans, K. Barabas, "Anxiety, depression and smoking in schoolchildren-implications for smoking prevention", *Journal of the Royal Society for the Promotion of Health*, Vol.125, No.2, pp.87-92, Mar. 2005.
DOI: <https://doi.org/10.1177/146642400512500213>
- [23] N. Breslau, E. L. Peterson, L. R. Schultz, H. D. Chilcoat, P. Andreski, "Major depression and stages of smoking: a longitudinal investigation", *Archives of general psychiatry*, Vol.55, No.2, pp.161-166. Feb. 1998.
DOI: <https://doi.org/10.1001/archpsyc.55.2.161>
- [24] T. M. Song, J. Y. Lee, "A multilevel model analysis on the determinants of smoking cessation success rates", *Korean Journal of Health Education and Promotion*, Vol. 30, No. 1, pp. 53-64, Mar. 2013.
- [25] H. R. Ahn. "Factors associated with intention to quit smoking in community-dwelling male adult smokers", *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, Vol. 26, No. 4, pp.364-371, Dec. 2015.
DOI: <http://dx.doi.org/10.12799/jkachn.2015.26.4.364>

문 속 자(Sook Ja Moon)

[정회원]



- 2014년 8월 : 경희대학교 간호학과 (간호학박사)
- 1984년 3월 ~ 2014년 8월 : 서울직접자병원 간호부장
- 2014년 9월 ~ 현재 : 세한대학교 간호학과 교수

<관심분야>

간호관리, 노인간호

황 은 정(Eun Jeong Hwang)

[정회원]



- 2006년 8월 : 부산대학교 간호학과 (간호학박사)
- 2003년 3월 ~ 2010년 4월 : 한국보건산업진흥원 연구원
- 2010년 4월 ~ 2013년 4월 : 국립중앙의료원 선임연구원
- 2015년 3월 ~ 현재 : 세한대학교 간호학과 교수

<관심분야>

공공보건의료, 건강증진