

口腔がんを予防しましょう!

- 刺激の強い食べ物や飲み物は控えめに。
- お口の中を清潔にする。
- お口の粘膜に長く続く刺激を与えない。



口腔がん早期発見チェック項目

口腔内の定期的なチェックと共に、日ごろから気を付けたいのが下記のような症状や状態です。1つでも「ある」にチェックが入った人は、すぐに歯科医を受診しましょう。

① なかなか治らない「はれ」や「しこり」はないですか

ない ある

口の中のはれたところや触ってやや硬くなったりしているところは要注意です。

② 粘膜が「赤く」なったり「白く」なったりしているところはないですか

ない ある

粘膜が赤くなったり白くなったりしているのは「紅板症」や「白板症」かもしれません。どちらも前がん病変ですので要注意です。

③ 治りにくい口内炎はありませんか

ない ある

2週間たっても治らない口内炎は要注意です。

④ 合わない入れ歯を無理して使っていて違和感はありませんか

ない ある

がたついたり、噛むと痛みがある入れ歯を長く使っているとその刺激でがんが発生するかもしれないので要注意です。

⑤ 食べ物が飲み込みにくくなった…などはないですか

ない ある

見た目には変化がなくても、舌や頬の動きが悪い、しびれや麻痺があるなどの症状があると要注意です。

かかりつけ歯科医を持ちましょう

口腔がんの予防および早期発見で最も大切なことは、かかりつけ歯科医を持ち定期的な診察を受けることです。歯科医院ではむし歯や歯周病だけでなく、舌、頬粘膜、口蓋、口唇までチェックしてもらいましょう。

口腔がんを治療する専門家は

口腔外科(歯科口腔外科)、耳鼻咽喉科、頭頸部外科です。

公益社団法人 鹿児島県歯科医師会



鹿児島県

『口腔がん』って 知っていますか?



お口の中にも
「がん」は
できるんです!!

口腔がんとは?

口腔とはお口の中のことです。お口の中にできるがんを「口腔がん」といいます。歯ががんになることはありませんが、舌、歯肉、口唇などにできます。

早期の小さな口腔がんは90%以上が後遺症もほとんどなく治ります。

しかし、進行した大きな口腔がんは手術などで治っても食事や会話に障害が残ることがあります。

お口の中のがんは…

お口の中は、鏡などを使えば自分で簡単に見ることができます。

胃がんの検査ではバリウムを飲んだり、内視鏡を使いますし、肺がんの検査では胸のレントゲンやCTを使います。しかし**口腔がん**の場合は直接見たり、触ったりすることでご自分でも**初期の段階**で、見つけることのできる**がん**なのです。

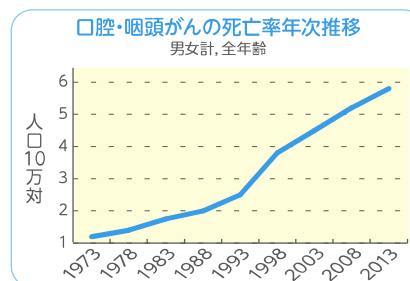
発生頻度は、**がん全体の1～3%程度**と決して多くありませんし、他のがんと同じく直接見ることができ早期発見しやすいがんと言えるでしょう。

ところがかなり進行するまで放置されているケースは珍しくありません。

日本では増えている口腔がん!!

日本では年間約**7,000人**がかかり、約**3,000人**の方が死亡しています。

アメリカをはじめとする先進国では早期発見、早期治療により死亡率は減少傾向にあります。ところが逆に**日本では、発生率も死亡率も増加**する一方です。



口の中のいろいろな部分にできるがん。



口蓋にも

左側の口蓋に発生した口蓋がん。赤く盛り上がっています。



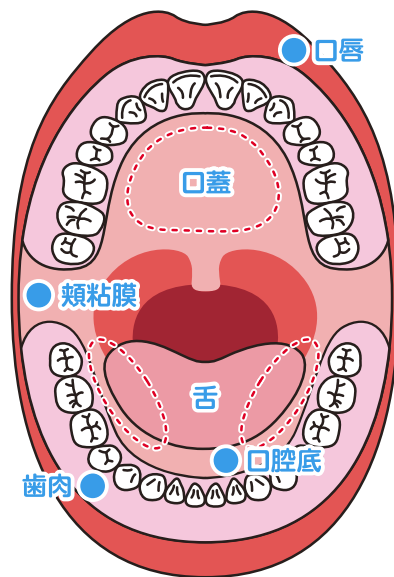
頬粘膜にも

左側のほほに発生した頬粘膜がん。白っぽくなった粘膜の表面はザラザラし、しこりになっています。



歯肉にも

左上の歯ぐきに発生した歯肉がん。表面がデコボコした大きな盛り上がりです。



舌にも

舌の左ふちに発生した舌がん。盛り上がった表面はザラザラしています。



口唇にも

口腔底にも

下顎の歯ぐきと舌の間のできた口腔底がん。赤いしこりになっています。



写真提供: 鹿児島大学病院 口腔外科

痛みの少ない初期段階 痛みが出たら要注意

初期段階では痛みは少なく、痛みが出てきたときにはすでに進行しているケースが多く、**舌や歯肉の盛り上がり、硬いしこり、なかなか治らない口内炎**などの症状には**注意**が必要です。

口腔がんにも重複するがん(咽頭がん、喉頭がん、食道がんや肺がん)の**発生率は10～15%**といわれています。口腔がんをきっかけに他の臓器がんが見つかることもあります。

口腔がんは…

40歳を過ぎるころから発生することが多く**加齢とともに増加**します。
男性は女性の約**3倍の発生率・死亡率**です。

口腔がんのリスク(「タバコ」と「お酒」)

タバコとお酒は口腔がん発生の最大のリスクです。

タバコを吸う人はタバコを吸わない人の約**7倍**、**飲酒の習慣のある人**は**ない人**に比べて約**6倍**口腔がんが発生するという調査があります。

また、「**タバコ**」と「**お酒**」には**相乗効果**があり、**両方の習慣がある人**は片方だけの習慣のある人の**数倍発がんの危険性がある**ともいわれています。