

菸檳一口口 口腔癌入口

撰文◎社區醫學部健康促進組癌篩個管師 林青蓉

個案鄭先生，五十一歲，吸菸史超過二十年，每天大約抽一包菸，檳榔已戒除。最近自己發現有一處兩星期未癒合的口腔潰瘍，所以前往癌症篩檢櫃檯接受口腔篩檢。經篩檢後發現需口腔外科醫師作進一步切片，切片結果確診為軟顎惡性腫瘤，目前持續接受治療中。



口腔癌簡介

口腔癌為發生在口腔部位之惡性腫瘤的總稱，90% 屬於鱗狀細胞癌。口腔包括的部位有脣、頰黏膜（脣和臉頰的內襯）、牙齒、舌頭下方的口腔底部、前三分之二的舌頭、口腔頂部的前面部分（硬顎）、牙齦以及臼齒後方的小區域。臺灣地區口腔癌好發的部位是舌頭及頰黏膜。

口腔癌可能的危險因子－

- 一、嚼食檳榔、吸菸、喝酒。
- 二、陽光照射。
- 三、蛀牙、不當的假牙。
- 四、不良的口腔衛生。
- 五、長期營養不良。

口腔癌的症狀－

口腔癌通常好發於四十五歲以上，但也可能發生在任何年齡，且以男性居多。常見症狀有：

- 一、口腔內部或周圍有腫脹、硬塊、脫皮落屑、或是顏色改變。
- 二、嘴脣或口腔有長期不癒合的口腔黏膜潰瘍（持續超過二週以上）。
- 三、口腔內或附近發生不明原因麻木感、疼痛或觸痛。
- 四、口腔內不明原因出血。

- 五、口腔黏膜出現白斑或紅斑。
- 六、舌頭活動度受阻。
- 七、頸部有不明原因腫塊。
- 八、牙關緊閉，張口困難。
- 九、吞嚥或咀嚼時感到困難或疼痛。
- 十、牙齦腫脹，造成假牙固定不良或不適。
- 十一、拔牙傷口持續不癒合。

口腔癌篩檢

一、補助對象及條件

國民健康署有效運用菸品健康福利捐，補助三十歲以上嚼檳榔（含已戒檳榔）或吸菸民眾，（嚼檳榔包含已戒之原住民可提前至十八歲起接受檢查），每二年一次口腔黏膜檢查，早期發現早期治療，進而降低癌症的發生和死亡。

二、篩檢地點

民眾可持健保卡至門診大樓二樓癌篩櫃檯篩檢。

三、檢查注意事項

檢查前將由醫護人員確認年齡或身分是否符合、是否有嚼檳榔（含已戒）或吸菸之行為，及近二年是否做過相同篩檢。取得受檢人同意並簽名後，由醫師提供篩檢服務。

四、篩檢結果處置

若為陰性（即指沒有異常），請持續每二年接受一次口腔黏膜檢查。

若為陽性，疑似癌前病變（白斑、紅斑、口腔黏膜下纖維化、扁平苔蘚、疣狀增生等）或疑似口腔癌，請於兩個月內至醫院口腔外科或耳鼻喉科專科醫師門診進行確認診斷，後續應遵照醫囑每三至六個月定期追蹤一次。此外，要立即戒檳榔、戒菸與戒酒，並避免高溫或刺激性的食物。

口腔癌預防

- 一、避免菸草、紙菸、菸斗、檳榔等長期對脣、舌和口腔黏膜的刺激。
- 二、若戴不合適的假牙，會對周圍組織有所摩擦，應該請牙醫師矯正。
- 三、口腔內發現有任何腫塊贅肉、脫皮落屑或是顏色變化，超過兩星期而未好轉的傷口，建議立即至口腔外科檢查。
- 四、飲食要正常，食物營養要均衡。有時維他命或其他營養要素缺乏所造成的口腔黏膜

變化，可以誘致癌病的發生。

五、避免長期食用熱度太高的食物和烈酒。

六、經常刷牙漱口，保持口腔衛生。

結語

癌症篩檢的意義在於早期發現、早期治療，建議民眾，不妨利用每天刷牙的機會，順便做口腔的自我檢查，除了用眼睛觀察外，也用手去觸摸，若有異常的狀況請立即就醫。

除了定期篩檢之外，遠離各種危險因子更加重要，如：檳榔、菸、酒、口腔衛生不佳和不適合的補綴物（如假牙等），並定期請耳鼻喉科或口腔外科醫師做口腔檢查，可使您遠離口腔癌的威脅！



作者介紹

林青蓉 社區醫學部健康促進組癌篩個管師

擔任門診護理師八年後，轉任社區醫學部的癌篩個管師。癌篩個管師是種截然不同的工作，在癌篩陽性個案的追蹤過程中獲得成就感，很開心能轉換到這個跑道。

