

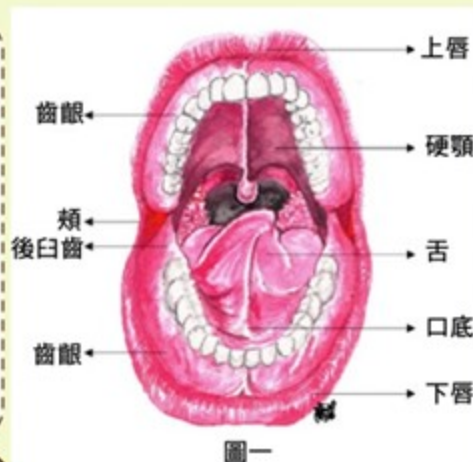
預防口腔癌 你我一起來



※何謂口腔癌？

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，口腔包括的部位有唇、頰黏膜（唇和臉頰的內襯）、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（圖一）。台灣地區口腔癌好發的部位是舌頭及頰黏膜。

圖來源為衛福部國健署癌症防治組



圖一

※如何預防口腔癌



- 1、戒除菸、檳榔、酒。
- 2、均衡飲食、多攝取蔬果。
- 3、避免長期食用太燙或刺激性的食物。
- 4、經常刷牙漱口，保持口腔衛生。
- 5、平時注意自我口腔檢查。
- 6、若有尖銳邊緣的牙齒或假牙會對口腔組織造成摩擦，應至牙科治療。
- 7、每半年到牙科診所接受口腔健康檢查（洗牙）。
- 8、發現口腔內外不明原因之持續性腫塊，或有長期不癒合的口腔黏膜潰瘍（持續超過二週以上）、出血、張口困難，應盡速就診。
- 9、曾吸菸或嚼檳榔者應定期到醫療院所接受口腔黏膜檢查。
- 10、口腔癌相關問題，建議可諮詢本院「耳鼻喉科」或「口腔顎面外科」。

