檳榔危害百百種



您有聽過『吃檳榔可以顧牙齒』、『吃檳榔可以暖身』、『吃檳榔可以解酒』等說法嗎？
但事實上真的是這樣嗎？

文 / 黃莞婷
汐止國泰綜合醫院口腔顎面外科主治醫師

檳榔在台灣是個很普遍的作物，也可以說是個特色物產，更是一個在地文化。究竟為什麼檳榔會使人心情愉快、提神、保暖，甚至有成癮的現象？主要是因為檳榔子果實中的檳榔鹼會對人體內的大腦、交感神經及副交感神經作用，使人警覺度升高，心情變得比較平靜，能減短反應時間，腎上腺素分泌而能增加體溫。此外，添加的紅灰、白灰也能促進產熱，讓口感更豐富。

儘管如此，我們不能忽視的是檳榔的致癌力。多數民眾誤以為只要嚼不含有添加物的檳榔，就不會得到癌症，事實上國際癌症研究中心已經證實，檳榔子本身是人類第一類致癌物，即使不加紅灰、白灰、荖花、荖葉，光嚼檳榔就會致癌。根據統計，單吃檳榔的致癌率就是一般人的28倍；如果吸菸又嚼檳榔，其致癌率則增加到89倍；若同時有喝酒、吸菸、嚼檳榔，則罹癌率會大幅增加到一般人的123倍。根據國健署統計公告，民國106年的口腔、口咽及下咽惡性腫瘤發生率排名於男性為第4位、女性為第15位；死亡率排名於男性為第4位、女性為第16位。且初次診斷為口腔、口咽及下咽惡性腫瘤者共計7,797人；當年死因為口腔、口咽及下咽惡性腫瘤者共計2,842人。

除此之外，嚼食檳榔會產生相關的癌前病變包含有口腔白斑症、口腔紅白斑症， 與疣狀增生等。會產生口腔黏膜下纖維化症，進而導致張口受限，影響進食；而檳榔與牙齒及面部病變之關係則有：牙齒染色、牙冠嚴重磨耗、牙周病、咬肌肥大症、顳顎關節障礙等。檳榔亦會對身體其他部位產生影響，如對胃黏膜有刺激性，容易引起氣喘發作，增加肝病肝癌發生機會，誘發心律不整、心肌梗塞；孕婦如果嚼食檳榔，會導致死胎、胎兒早產、小孩容易罹患心血管疾病及糖尿病。因此檳榔對人體的影響很大，不僅僅侷限於口腔病變，是會對於國人的健康危害造成深刻的影響。

因次戒除檳榔除了可以大幅減少罹癌率外，可以改善口臭及血盆大口的外觀，也能讓牙齒更健康，更能省下一大筆費用，不用荷包失血。對於之前有吃檳榔與抽煙習慣的民眾，至少每兩年要進行口腔黏膜篩檢，才能及早發現疾病，及早治療，確保健康。