

# 口腔癌的防治

國泰綜合醫院牙科、口腔顎面外科編印 著作權人：國泰綜合醫院  
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

## ■ 前言

口腔癌（Oral cancer）是台灣地區最常見的頭頸部惡性腫瘤，而且正繼續逐年增加，嚴重威脅台灣男性的生命。口腔癌的發生是漸進的，及早發現有惡性潛能的癌前病變或癌前狀態，簡單的治療，即可預防癌症的威脅。

## ■ 口腔癌的危險因子

- 抽煙
- 喝酒
- 嚼菸草或檳榔
- 不良的假牙及不佳的口腔衛生
- 唇部長期曝曬陽光、紫外線

## ■ 口腔癌前病變的症狀

- 口腔黏膜顏色變白、變紅或紅白混雜，表皮也變得粗糙。

- 口腔內、外有不明原因且持續增生的腫塊。
- 張口不易、舌頭活動困難。
- 口腔潰瘍傷口超過二星期仍不癒合。

## ■ 如何預防口腔癌

- 避免菸草、酒精、檳榔等物質，對唇、舌和口腔黏膜的長期刺激。
- 發現口腔內有異常腫塊、顏色改變，或潰瘍傷口超過兩星期仍未癒合，請儘早至牙科門診找醫師複診。
- 避免長期食用過燙或辛辣、刺激性的食物。
- 飲食要正常及營養要均衡。
- 保持良好的口腔衛生。
- 平時做好口腔自我檢查，及每半年定期至門診接受醫師檢查。

## ■ 口腔自我檢查

每星期至少一次，在鏡子前面，依『由外向內』及『由上向下』的原則，用『看』及『摸』做檢查，如發現有異常變化時，請儘早請醫師複檢。

檢查步驟如下：

- 仔細觀察臉部及頸部是否左右不對稱，或摸起來是  
否有硬塊或突出物。
- 張口有無困難。
- 吞口水是否活動自如。
- 以兩手指翻開上下嘴唇及臉頰，檢查口腔黏膜、  
牙齦，是否有腫塊、變色、變粗糙或超過二星期未  
癒合的潰瘍傷口。
- 伸出舌頭左右、上下左右擺動是否自如，檢查舌背、  
舌緣，捲起舌頭檢查舌腹、口腔底部是否有突起。
- 張開嘴巴發出“啊”聲，檢查軟顎是否正常。

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院 (02)27082121 轉 3662-3663

新竹國泰綜合醫院 (03)5278999 轉 2890-2895

汐止國泰綜合醫院 (02)26482121 轉 3720

我們將竭誠為您服務！

國泰綜合醫院關心您！

其他癌症資訊請見本院癌症資訊網

<http://www.cgh.org.tw/tw/cancer/index.htm>

AK200.301.2014.01 一修