

お口の中の「がん」

〜早期発見・早期治療が大切です〜

歯と口の健康週間 6月4〜10日

皆さんはお口の中にも「がん」ができることをご存知でしょうか？最近も女性タレントの舌が

んが話題となりました。口には「食べる」「しゃべる」「表情を作る」など重要な働きがありますが、口の中にも「がん」ができる事や最近増加傾向にあることはあまり知られていません。

初期の口腔がんは治療も比較的容易で、後遺症もほとんど残りません。しかし進行した場合、治療により舌やあごの骨がなくなることもあり食事や会話、嚥下^{えんげ}に著しい障害が生じます。最悪の場合命を落とすこともあります。

歯の鋭縁、ある種のウイルス感染なども原因とされています。できやすい場所は舌、歯肉、頬粘膜、口腔底（舌の下）などです。口腔がんは粘膜表面から外側にカリフラワー状に発育するものと、内方へ発育するものに大きく分けられますが、それ以外の場合もみられます。

表面の状態は口の粘膜が白色でざらざらしたもの、赤みを帯びてぶつぶつしたもの、いぼ状に隆起したもの、潰瘍となっているものなど見た目も多彩です。指で触るとその周囲にしこりを触れる場合もあります。また見ただけでは前癌病変と区別がつかないこともあります。

自分でチェック

日本口腔外科学会作成のセルフチェック表をご覧ください。特に中高年齢の方は毎月1回のセルフチェックをお勧めします。心配な方は早めにかかりつけ歯科医や総合病院の歯科口腔外科にご相談下さい。

(鶴岡地区歯科医師会)

セルフチェック表

毎月1回、口の中をセルフチェックしましょう!

○手順1:明るい光の下で、鏡を使って(入れ歯があれば外して下さい)。

	*唇の内側と下あごの歯ぐきを見て、触して下さい。
	*頭を後ろに傾けて、上あごの歯ぐきとその間を見て、触して下さい。
	*頬の(裏側)の粘膜を見て、触して下さい。
	*舌を前に出して、舌の両脇、舌と歯ぐきの間を良く見て、触して下さい。
	*下あごから首にかけて触って見て下さい。

○手順2:良く観察し、チェックしましょう!(口腔がんの実例を写真で示します。)

	*白い斑点や赤い斑点はありませんか?
	*治りにくい口内炎や、出血しやすい傷はありませんか。
	*盛り上がったできものや固くなった所はありませんか?
	*顎の下と首の脇に腫れはありませんか?
	*食べたり飲みごんだりがスムーズにできますか?

口の中は自分で直接見ることができると、口腔がんは肺がんや胃がんと比べ発見しやすいといえます。しかしそれでもかなり進行するまで放置されることも珍しくありません。それは早期の口腔がんには痛みのないことも多く、相当大きくなるまで気づかなかつたり、何か異常に気付いても他の疾患と間違われ放置される場合が多いためです。

口腔がんの発生要因は多く、代表的なものは喫煙と飲酒です。他にも不潔な口腔衛生状態、歯列不整、不適合の入れ歯、