

## 口腔がん

### ★口の中にできる癌のこと

舌や歯肉、顎、粘膜に発生します。口腔がんの発生率は胃がんや肺がんなどの臓器癌に比べて1～3%と低く、決して多くはありません。

目で見て確認できるので早い段階で発見、治療すれば完治する癌と言えますが日本では年間約7000人がかかり、その内の約4割の方が亡くなっています。

アメリカを始めとする先進諸国では国を挙げて口腔がん対策として早期発見、早期治療に努めており、死亡者数は急激に減少している一方で、日本の口腔がんによる死亡率は増加しており日本のみが逆行しています。

初期の段階で発見、治療すれば後遺症もほとんどありません。進行すると手術により舌や顎の骨を切除するなど、顔の変形、食事や会話が困難になるなどの日常生活に大きな支障を残すことになり他の臓器への転移によっては命にも係わることにもなり兼ねません。

### ★痛みの少ない初期段階、痛みが出たら要注意

初期の段階ではほとんど痛みはなく、しこり、腫れ、ただれなどが挙げられます。

口腔がんは臓器癌に比べて進行が早く、激しい痛みがでてきた時には、かなり進行していることも少なくありません。もし、舌などにしこりや口内炎かもと思う物が二週間程度経っても改善しない場合、怪しいと思ったら歯科医だけでなく、専門の医療機関で診てもらうことも大切です。



### ★主な原因

他の癌と同様に喫煙です。次に飲酒、特に50歳以上の男性で、毎日たばこを吸いお酒を飲まれる方は、よりリスクが高くなると考えられます。

その他、お口の清掃不良、合わない入歯や破れた被せ物、虫歯による長期間の慢性的な刺激栄養不良なども原因に挙げられます。

### ★予防

日本での口腔がん検診は、行われ始めてはいるものの十分とは言えません。

癌を早期に見つけることができないため、死亡率が低下しないのが現状です。

ご自身でセルフチェックをする、気定期的な検診や口腔ケアを受け、早期発見、早期治療でお口の健康を守りましょう。

### ★クリニックからのお知らせ【口腔ケア用品の使い方、選び方】

歯間ブラシや糸ようじなど、買ってみたけれど上手く使えないことありませんか？今、お使いの歯ブラシは大きさや硬さなど、自分のお口にありますか？使ってみたいけれど種類もたくさんあってどれを選んだらいいのかわからない等々、お気軽に声を掛けてください。お口やお体の状態に合わせてお選びご指導させていただきます。