

# おかしいと思ったら早めに相談を！

## 早期発見の必要性

口腔がんは、食事や会話に影響を与えるだけではありません。治療後の顔の形の変化など、生活の質(QOL)の著しい低下を招く可能性があることから、早期発見が重要です。

### セルフチェック



お口の中を鏡で観察しましょう。

### 医療機関



かかりつけ医、かかりつけ歯科医を持ちましょう。

### 藤沢市歯科医師会からのメッセージ

- 口腔がんの早期発見には、ご自身のセルフチェックがとても大切です。
- かかりつけ歯科医をもって、定期的にチェックしてもらいましょう。

藤沢市歯科医師会  
片山 正昭 氏

### 藤沢市医師会からのメッセージ

- 口腔内の違和感が強い時や、頸・顎のリンパ線が腫れている時はためらわず、お近くの耳鼻咽喉科へご相談ください。

藤沢市医師会  
吉村 恵理子 氏

監修：藤沢市歯科医師会・藤沢市医師会・藤沢市民病院

発行・問い合わせ：藤沢市保健所健康増進課 電話0466-50-8430

# 見落とさないで！口腔がん

～あなたに知ってほしい

## 口腔がんのこと～



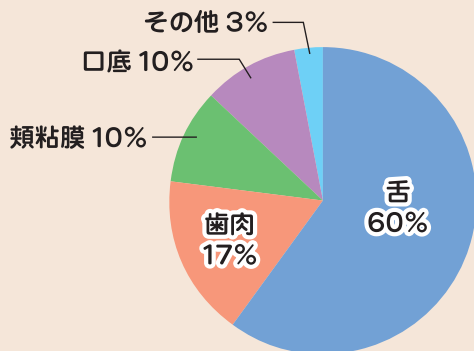
むし歯や歯周病だけが、口の病気ではありません。  
全国で年間約7000～8000人が口腔がんにかかっています。

歯科保健推進会議  
藤沢市 保健所

# 知っていますか？ 口腔がん

口腔がんは、口の中に発生する悪性腫瘍で、近年、増加しています。年齢的には60歳代が一番多く、男女比は3対2と男性に多く見られます。

## こんな場所にできやすい！



(写真提供：藤沢市民病院歯科口腔外科)

## 原因は？

原因は不明です。主に喫煙・飲酒・慢性的な機械的・化学的刺激、ウイルス感染などが危険因子として挙げられています。

## 治療法は？

一般的に手術による切除や化学療法、放射線療法等がありますが、部位や大きさによって治療方法は変わります。

(参考：口腔癌診療ガイドライン 2019年版,金原出版株式会社)

# 見落とさないで！ 口腔がん

口腔がんは、「目で見て発見でき、触れることができるがん」とも言われています。日頃から口の中を観察する習慣をつけましょう。

**なかなか治らない口内炎には要注意です！**

## 口腔がんセルフチェック

- 1日にたばこを40本以上吸う  
または、喫煙本数×喫煙年数が600以上である
- 毎日、日本酒3合以上や高濃度のアルコールを飲む
- 治していないむし歯や、合わない入れ歯を放置している
- 最近、歯が浮くような感じがする  
または、入れ歯が急に合わなくなってきた
- 2週間経っても治らない口内炎がある
- 口の中の粘膜が赤くただれている
- 口の中の粘膜に白っぽいできものがある
- 口の中から出血が続いている
- 口の中に「しこり」や「腫れ」などがある
- 顎や首の周りのリンパ節が腫れている



※**気になる症状**がある方は、歯科医院や耳鼻咽喉科などで相談されることをお勧めします。

## セルフチェックのポイント

口腔がんの初期症状として、写真のような「白板症」が生じる場合があります。粘膜の色の変化に注意して、舌の横や裏もよくチェックしましょう。

