



口腔がん早期発見！

セルフチェックと歯科検診



口腔がんの早期発見には、舌やお口の粘膜の病的な変化を見逃さないことが大切です。さっそくチェックシートで確認してみましょう！

口腔がん早期発見チェックシート

3つ以上あてはまるなら歯科での検査をおすすめします。

- タバコを1日40本吸う。
(または、1日に吸う本数×喫煙年数が1000以上)
- 毎日お酒を日本酒換算で3合以上飲む。
- 2週間以上治らない口内炎がある。
- 抜歯した傷が治らない。
- 入れ歯が当たってできた傷が治らない。
- 最近、歯が浮くような感じがする。
- 舌が動かなくなった。
- お口が開きにくくなった。
- くちびるや舌がしびれる。
- 白っぽいできものがある。
- 赤くただれたところがある。
- 触って硬いしこりがある。

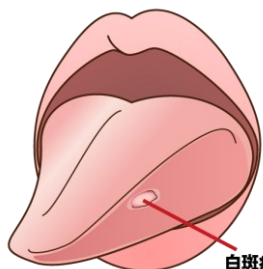


セルフチェックのポイント

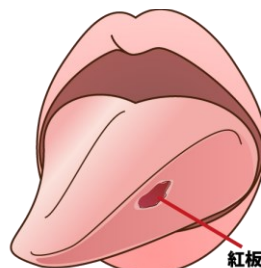
口腔がんができる前には、必ず「前がん病変」(がんではない状態)を経由します。前がん病変を見逃さないように、セルフチェックを行う際には、粘膜の「赤」と「白」の変化に気を付けてください。舌の裏側や、歯ぐき、頬の内側、口蓋(上あご)、くちびるにもまんべんなく目を向けましょう。



代表的な前がん病変



白い変化(白板症)
代表的な前がん病変で、舌や頬などのお口の粘膜に見られます。3~5%ががん化する可能性があります。



赤い変化(紅板症)
舌や歯ぐき、その他のお口の粘膜にできます。鮮紅色で、平らでなめらかです。50%前後ががん化するとされています。

お口の中を見慣れない患者さんには、ただの口内炎なのか前がん病変なのかは見分けが付きにくいものです。またご自分の目では舌の横の奥側や、奥歯の舌側の歯ぐきは見ることができません。異常を感じていなくても、必ず半年に1回は歯科で定期検診を受け、粘膜のチェックもお願いするようにしましょう。