

## 吸菸、嚼檳榔增加口腔癌風險 定期口腔黏膜檢查 降低 26%口腔癌的死亡風險

資料來源：國民健康署 日期：112-07-10

口腔癌是男性國人常見的癌症之一，根據國民健康署癌症登記資料顯示，臺灣每年逾 8 千人罹患口腔癌，平均每天約有 23 人新診斷為口腔癌，患者中 9 成為男性，其中逾 8 成有吸菸行為，7 成有嚼檳榔行為，超過 5 成的患者有吸菸且嚼檳榔。檳榔、菸品皆是世界衛生組織公告的一級致癌物(確定對人體致癌)，更證實使用菸、檳是國人罹患口腔癌的重要原因。

### 口腔癌相對於其他癌症 容易預防與發現 5 年存活率高達 8 成

口腔癌的預防，除了不要養成吸菸或嚼檳榔習慣外，根據臺灣大學的研究實證顯示，定期口腔黏膜檢查可降低 21 %晚期口腔癌的發生風險及 26%口腔癌的死亡風險。國民健康署吳昭軍署長提醒，早期檢查早期治療，不僅顏面外觀及口腔功能較不受影響，生活品質也較好，5 年存活率更高達 8 成，但若延遲發現或置之不理，未積極治療，則晚期個案存活率通常不到 4 成！

### 預防口腔癌 把握三要點

預防口腔癌的發生，國民健康署提供預防三要點：

**第一要「拒菸檳」**：世界衛生組織於去(111)年發布預防措施之實證效果，研究一致指出，隨著戒除菸檳時間的增加，罹患口腔癌前病變及口腔癌的風險將逐漸降低，戒除檳榔後，每年口腔癌風險可降低 2.3%至 6.7%，戒檳榔 10 年後，風險則可降低 17%至 51%；戒菸後，4 年內口腔癌風險下降 35%，戒菸 20 年後，罹患口腔癌風險即接近不吸菸者，「拒菸檳」是最簡單、有效的防癌方式，除省下不必要的花費，更贏得形象與健康。

**第二要「定期篩」**：政府免費提供 30 歲(含)以上嚼檳榔(含已戒)或吸菸民眾、18 歲以上至未滿 30 歲嚼檳榔(含已戒)原住民，每 2 年 1 次口腔黏膜檢查，經國民健康署口腔黏膜檢查資料分析發現，透過篩檢發現之口腔病變者，多數屬癌前病變及早期癌症，有嚼檳榔或吸菸民眾應養成定期篩檢習慣，才能發現早期病變。

**第三要「早治療」**：若定期檢查或民眾發現口內出現「破斑硬突腫」其中之一的情形，應儘速就醫：

- (1) 破：口腔黏膜破皮超過兩週未癒合
- (2) 斑：口腔黏膜出現不明的紅斑、白斑
- (3) 硬：口腔黏膜逐漸變硬、緊，最終嘴巴張不開
- (4) 突：口腔黏膜表面不規則突起(乳突狀或疣狀突起)
- (5) 腫：臉或頸部出現腫塊或兩側不對稱

國民健康署吳昭軍署長呼籲，有菸檳習慣的民眾，把握預防口腔癌「拒菸檳、定期篩、早治療」三要點，符合篩檢對象請儘速攜帶健保卡至健保特約牙科、耳鼻喉科之醫療院所接受口腔黏膜檢查，若發現異常也不要過度擔心，儘快給醫師診察並接受正確治療，就可以降低癌症發生機會，擁有健康的人生。