

健康ワンポイントアドバイス

発行：十日町市中魚沼郡医師会

発行日：令和2年2月発行

第211号



何事も早めが一番

蕪木歯科医院

川村 文子 先生

昨年初め、女優の堀ちえみさんが舌癌を公表したことが大きな話題となりました。このニュースの後、「私は舌癌ではないのでしょうか？」とか「今舌癌が流行っていますけど、私は大丈夫でしょうか？」と聞かれることが多かったのですが、芸能人の病気の影響は大きいのだな、と改めて感じました。幸い堀ちえみさんは手術も成功され今は元気なようですね。

さて、舌に癌ができるの？と思った方も多いのではないのでしょうか？

舌癌は口腔癌のひとつです。口腔癌は舌、歯肉、頬など口の中の表面を覆う粘膜上皮に発生する癌です。口腔癌の発生率は全癌の1～2%程度で比較的少ない癌です。そして舌癌はその内のだいたい半数という統計が出ています。

口腔癌の発生率を高めるものは、喫煙、飲酒、合わない入れ歯や被せもの、口腔内の不衛生、虫歯などで欠けた歯の尖っている部分などです。これらの要因で慢性的に粘膜に傷ができたり炎症が起こることで口腔癌が発生しやすくなります。

口腔癌は直接肉眼で見つけやすく組織検査も容易にできるので早期に見つけやすいといえますが、残念ながら異常をそのまま放置してしまい進行した状態で初めて受診する人がいることも事実です。

ではどんな時に受診をすればいいのか、という話です。口内炎ができてから2週間以上治らない、薬を塗っても効かない、舌や歯茎にしこりのようなものがある、ある部分だけ色が違っている、などおかしいなと思ったら歯科を受診しましょう。

日ごろから口腔癌を予防することも大事です。生活習慣では過度の飲酒は控え、禁煙をすることをお勧めします。

かかりつけの歯科を定期的を受診することも大事です。虫歯がないか、被せものや入れ歯に異常がないことや口腔内の清潔が保たれていることを確認することもできます。主治医であれば口腔粘膜の傷や異常にも気づきやすいでしょう。

口腔癌に限らず、早期発見がとても大事です。神経質になりすぎて日々の生活を楽しめないのはよくないことですが、心配な事があったら早いうちに検査してみてもいいかもしれません。

