

# “口腔がん”早く見つければ恐くない



最近口の中が  
気になりませんか？



●口の中にこすってもとれない**白い着色**がある

●入れ歯による傷や噛み傷が2週間たっても**治らない**

●歯肉や舌の硬い**しこり**

●粘膜表面が赤く**ただれて**いて治らない

●大きな**口内炎**が治らない

その症状は  
もしかすると  
口腔がんかもしれません

## ？ 「口腔がん」ってなあに？

口の中に「がん」ができるのかな？なんて思っていないですか？「口の中に白い着色がある」「口内炎がなかなか治らない」「食べ物が飲み込みづらい」…。これら症状がしばらく気になっていませんか？もしかしたら、それは「口腔(こうくう)がん」かもしれません。

口腔がんのほとんどは口の中の粘膜にできます。そして、がんができた場所によって、歯肉がん、舌がん、口底がんなどと呼ばれています。口の中の粘膜はたえず刺激を受けています。またウイルスや飲食物に含まれる発癌物質の作用をまっ先に受ける場所でもあり、これらの影響が蓄積されて「がん」が発生すると考えられています。口腔がんは40歳を過ぎる頃からみられるようになり、加齢とともに発生率は上昇します、最近では20歳代の患者さんにも見られます。

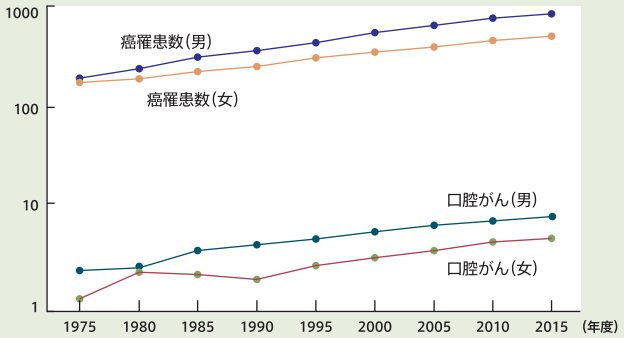
口腔がんは肺がんや大腸がんなどと一緒で、進行すると命に関わる病気です。しかし、初期のうちに適切な治療が行われれば、十分に治癒が見込めます。また、口腔がんは胃がんなどと違って直接目で見ることができます。ですから、がんの初期段階で早期に発見することができるのです。

この冊子を通して、より多くの方に「口腔がん」を知ってもらい、早期に発見し、治療を受けてもらいたいと願っています。



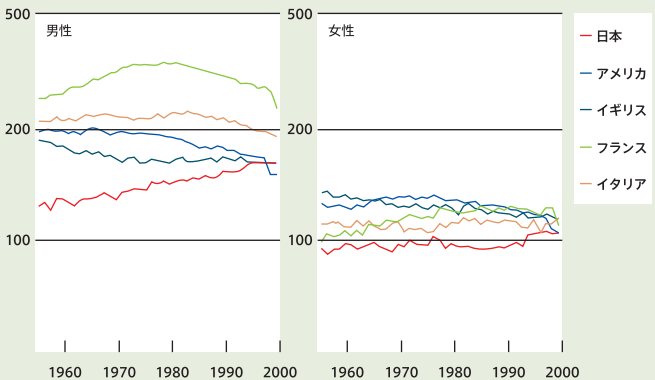


## 口腔がんの患者さんが増えています！



臓器別による癌発生数(人口10万対: 2003年度厚生労働省「人口動態統計」より引用)

口腔がんは日本で発症するがんの約5%ですが、近年男性、女性ともに増加傾向にあります。



Source:WHO Mortality Database

国別の口腔領域のがんによる死者数(人口10万対: Tanaka S, et al. より引用・改変)

世界的な動向としては口腔領域のがんは欧米諸国では減少傾向ですが、日本では増加しています。



## 代表的な口腔がん

### 舌がん

舌の脇にできることが多い



### 歯肉がん

歯周病と間違ふことも…



### 口底がん

舌の下にかくれて

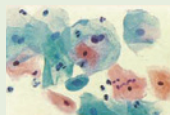
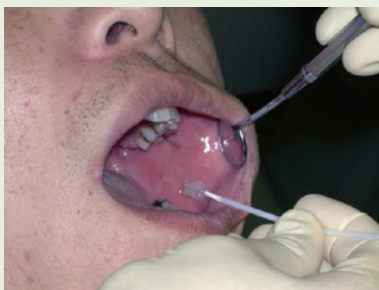
見づらく発見が遅くなりやすい



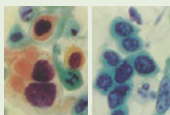
## 口腔がんの検査

顕微鏡での検査で確定的な診断は行われます。ブラシでこすって細胞を取るだけの検査でも診断が可能です。

※検査は専門医がいる施設で行います。



正常な細胞



口腔がんの細胞



## 口腔がん早期発見チェックシート

最近のお口の中の変化、当てはまるものをチェックしてみてください。

- 1日にたばこを40本以上吸う  
(または、1日の本数×喫煙年数が1000以上である)
- 毎日、日本酒3合以上飲む
- 口内炎が2週間以上治らない
- 抜歯した傷が治らない
- 噛んだ傷が治らない
- 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
- 白っぽいできものがある
- 赤くただれている
- かたいシコリをふれる
- 舌が動かなくなった
- 口が開きにくくなった
- 下唇や舌がしびれる

いずれかの項目に当てはまる場合は、  
練馬区歯科医師会の協力歯科医院を受診して下さい。



## 口腔がんではないけれど…

放っておくとがんになる可能性がある病気があります。これらを「前癌病変」といいます。これには、白板症、紅板症などがあります。

また、口腔がんに似ているものがあります。これらは、口腔がんと間違えやすいものです。初期がんとの区別が難しいので専門医への受診が必要です。

### 口腔の前癌病変

(放っておくとがんになる可能性がある病気)

白板症・紅板症など



白板症

### 口腔がんと

### 間違えやすい病気

褥瘡性潰瘍・アフタ性口内炎・骨隆起・扁平苔癬など



骨隆起





## タバコとお酒は要注意！

喫煙は肺がんをはじめ食道がん・胃がん・膀胱がん・白血病などの多くのがんの発生に関与していることが科学的に証明されています。タバコの煙に含まれるベンツピレンなどの発がん物質は直接口の粘膜を刺激するため、特に口腔がんの発生に喫煙は大きく関与しています。また飲酒も同様ですが、アルコールが分解された時にできるアセトアルデヒドという成分が発がんに関与するといわれています。口腔の粘膜はタバコやお酒の刺激に直接さらされるので発がんのリスクが高まる場所です。

世界的にも喫煙者の多い国(中国や東南アジアなど)、アルコール飲料の消費が多い国(フランスなど)に口腔がんが多く発生しています。

### こんな方は要注意です。

#### 喫煙指数

$$\frac{\text{1日の喫煙本数}}{20} \times \text{喫煙年数} = \text{喫煙指数が50以上の方}$$

#### 飲酒指数

$$\frac{\text{1日の純エタノール換算量 g}}{27} \times \text{飲酒年数} = \text{飲酒指数が60以上の方}$$

(日本酒1合: 27g ビール500ml: 25g 焼酎1合: 30g)

**禁煙と節度ある飲酒が口腔がんの予防につながります。**



# 口腔がんの患者さんが増えています！

予防するためには  
次のことに気をつけましょう。

- 1、たばこを吸わない（他人のたばこの煙にも注意する）
- 2、お酒を飲みすぎない（強いお酒は特に注意）
- 3、辛い物、熱い物はほどほどにする
- 4、口の中をいつも清潔にする
- 5、合わない入れ歯、むし歯、かけた歯はすぐ治療する

口腔がんは直接目で見ることができます。  
早期発見すれば十分治すことができます。

気になることがあれば、  
お近くの協力歯科医院を  
受診して下さい。

\*お問い合わせは直接、別紙協力歯科医院へお願い致します。

■発行 練馬区歯科医師会・練馬区  
練馬区歯科医師会 練馬つつじ歯科診療所  
練馬区 健康部健康推進課

■監修 東京歯科大学口腔外科学講座