

檳榔本身就是致癌物

2003 年國際癌症研究總署(IARC)已證實「檳榔」為第一級致癌物，不含添加物的檳榔子本身即是致癌物，是男性國人罹患口腔癌的主要原因。檳榔子主要成分有生物鹼及多酚物質；檳榔鹼、檳榔素在口腔中會硝化產生亞硝胺，可誘導產生腫瘤，而多酚類成分會抑制膠原蛋白酶，使膠原蛋白在黏膜下堆積而硬化，導致有口難開。嚼檳榔不只造成口腔病變與癌症，更嚴重傷害人體多處組織和器官，壞處多且影響外觀，拒絕檳榔是最好選擇。

★認識檳榔的成分

1. **檳榔子**:是檳榔樹的果實，主要成分包括多酚化合物、檳榔植物鹼、粗纖維、脂肪、醣類等。其中咀嚼後可產生提神及保暖感覺的成分來自於咀嚼檳榔時釋出的植物鹼（有許多種，其中最多的是檳榔素）。
2. **荖花**:雌性荖藤的花穗，有濃郁的胡椒香氣，可以促進食慾。荖花內含的黃樟素也是致癌物。
3. **荖葉**:雄性荖藤的葉子，含兩種主要的酚類化合物：丁香酚（eugenol）及 hydrochavicol，為抗突變劑，可抗菸草之致癌性又具有抗癌物質，可抑制麴菌之生長與黃麴毒素之產生，因此有較少之致癌因素。
4. **荖藤**:香辛植物的一種，具有清涼作用，對檳榔塊則有佐味功能。常用時，會使牙齒變黑，食用過多，則會降低食慾及人體功能，而且在長期嚼食情況下，可能產生強烈化學性刺激的亞硝基致癌物質。
5. **紅灰**:紅灰的主要成分是白灰及一些獨家特殊配方混合而成。
6. **白灰**:成份為氫氧化鈣，促使口腔環境變為鹼性，會破壞口腔黏膜的表皮細胞，導致表皮細胞發生增生及變異現象，並增強多酚類的傷害，助長癌細胞的產生。

★檳榔對身體的危害

嚼食檳榔，除了因為時常咀嚼使牙齒變黑、動搖、磨損及牙齦退縮，而形成牙周病、口腔黏膜下

纖維化及口腔黏膜白斑症外，還會導致口腔癌。並經許多流行病學研究證實嚼食檳榔與口腔癌有密切關係，從國內醫療院所數年來的研究結果顯示，口腔癌之患者中約有 88% 有咀嚼檳榔的習慣。如果嚼檳榔合併吸菸者，更容易引起口腔癌、喉癌、咽癌和食道癌，而且嚼檳榔、吸菸又合併喝酒，則更有加乘的致癌效果。



★定期做口腔黏膜檢查保健康

1. 由醫生目視合併觸診檢查口腔黏膜，看有沒有疑似癌前病變或癌症的病灶，不會疼痛，也沒有副作用。
2. 請至牙科、耳鼻喉科或其他經核可之醫療院所檢查。
3. 30 歲以上嚼檳榔或吸菸民眾以及 18 歲以上嚼檳榔之原住民朋友建議每兩年檢查一次。

檳榔本身就是致癌物

即使不加紅灰、白灰、荖花、荖葉...嚼它就是會致癌!!

政府免費補助

每 2 年 1 次口腔黏膜篩檢

補助對象

- ★ 30 歲以上嚼檳榔或吸菸民眾。
- ★ 需帶健保卡
- ★ 18 ~ 29 歲嚼檳榔之原住民。
- ★ 需帶健保卡、戶口名簿

篩檢地點

- ★ 牙科、耳鼻喉科專科醫師及國民健康署認證核可之其他科別醫療。
- ★ 請洽各地衛生所諮詢。

除「廢棄物清理法」廢物垃圾及檳榔渣、煙灰，除須繳 1,200 元罰鍰外，還要繳 4 小時的戒煙輔導費

菸酒均吃口腔癌率高 123 倍!

衛生局 衛生局 衛生局

參考資料:<https://health99.hpa.gov.tw>

<https://www.phchb.gov.tw/home.jsp?id=279>