

大話「檳榔」

日據時代，日本人曾嚴厲禁止嚼食檳榔；但在台灣光復後，一切又死灰復燃。過去在中南部地區，一般民眾還習慣在喜慶會上以檳榔饗客，以示賓主之間的情誼。而在台灣傳統的訂婚禮俗中，男方送給女方的聘禮裡面，檳榔是不可少的一項，象徵著「呷呼嘴紅紅，新郎新娘相好一世」的古老祝福。

而原住民由於自然地理環境和傳統習性，檳榔也是其社會裡不可或缺之物。如排灣族平民家種的檳榔樹，第一把檳榔要獻給頭目，做為繳納地租的象徵。又如，咀嚼檳榔後，在口唇或臉色上會增添紅潤感，可為女性月經失血後的臉色補妝，使其看來紅潤，這也就是台灣原住民和老一輩的檳榔族中，女人居多的原因。

無可否認的，檳榔具有某些療效與社會功用，但過於咀嚼之，反而會變成危害健康的致癌之物。接下來，便來探討檳榔對健康所產生的可能危害。



檳榔對健康的危害

檳榔的成分

一般所謂的檳榔，其嚼塊是以**檳榔果**為主要成分，並以**荖葉**、**荖花荖藤**和**石灰**作為配料。
檳榔果：俗稱**菁仔**，含有多種成分，其中「**檳榔素**」和「**檳榔鹼**」這兩種成分經國內外研究結果顯示，具有潛在的致癌性。而「**檳榔素**」能促進消化道的蠕動、使瞳孔收縮、心跳降低，正常量時可增加唾液分泌及引起發汗現象，但大量食用時，會使大腦活動受抑制，而顯出動作遲緩現象。
配料：除荖葉可能不具致癌性外，其他配料(荖花、荖藤)皆含有致癌性化學物質。且因石灰在口腔中形成高鹼性的環境，會使口腔黏膜的表皮細胞被破壞，導致表皮細胞發生增生及變異現象，進而產生口腔癌。

檳榔對健康的影響

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**牙週病、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。

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。

檳榔誘發的癌症前期病變

◎ 牙齒之傷害

因嚼食動作頻繁，超出正常負荷，造成牙齒咬耗(磨損)，以及牙床動搖。



◎ **口腔黏膜下纖維化症**：常見於頰黏膜，其次為顎部。口腔黏膜會有燒灼感、潰瘍、變白、漸失彈性，最後造成張口及吞嚥困難。其中有部分患者的口腔黏膜下纖維化病變，會轉變成口腔癌。

◎ **口腔黏膜白斑症**：常見於頰黏膜、舌、牙齦、口底及唇角。黏膜白斑會慢慢由清白變混白，其中亦有一部分患者的白斑症會轉變成口腔癌。

◎ 口腔癌：

檳榔俗稱菁仔，其成份中的「**檳榔素**」具有致癌性。其添加的「**石灰**」則為助癌劑。世界衛生組織經回顧嚼檳榔與癌症之相關文獻，所作之結論：

- (1) 菸草伴同檳榔一起嚼食確定為人類致癌原因。
- (2) 抽菸且嚼食檳榔，易導致口腔癌及咽喉癌。

為了您的健康請勿嚼檳榔！吸煙者更須戒除，因為兩者合併使用，更容易引起口腔癌、喉癌、咽癌和食道癌加乘的致癌效果。