

檳榔危害知多少

你可曾看過以下這張圖片？這是國民健康局特邀知名導演林育賢執導，推出台灣第一部關於檳榔男的紀錄片「遺失的微笑」。

片中紀錄一群台南麻豆熱愛檳榔，卻得了口腔癌的男人，失去了牙齒的他們就如同遺失的微笑。片中主角吳鳳源先生因嚼檳榔引發口腔癌，而徘徊生死關頭，牙齒不見了、味道不見了、左臉不見了、笑容不見了……



一、檳榔的成分

榔子是檳榔樹的果實，它含有許多的植物鹼，其中最重要的是檳榔素 (Arecoline)，是一種副交感神經作用藥劑，在一般劑量有催涎及發汗的作用，高劑量則會作用在肌肉及中樞神經。

另外像是紅灰，包括石灰及其他添加物。其中含有鞣酸、兒茶素，以及色素。在高劑量時有苦味及收斂作用，低量時則在食用後有甜的感覺。嚼檳榔久了之後，牙齒會覆上一層黑褐色物質，則是兒茶素的效果。

一般在嚼檳榔時，其所含的檳榔素只有小部分被吸收，其他大部分都在石灰存在下，最後囤積於口腔中。

二、吃檳榔的感受

1. 提神和心情愉快，有時會產生飄飄欲仙的快感。
2. 一股清涼香甜的氣味，充滿呼吸，令人陶醉。

3. 生津止渴，與喝可口可樂不相上下。
4. 寒冷的天氣可以禦寒，體內充滿溫暖。
5. 如果同時抽菸，刺激感受會更強烈、更持久。

但是吃檳榔過量，會產生中毒症狀，輕則興奮、眼神呆滯、全身發抖、走路不穩、行為怪異或粗暴；重則導致急性精神病，包括聽幻、自我膨脹、被迫狂想、譫妄亂神等。

三、嚼食檳榔的害處

從環境衛生的觀點，因嗜食者亂吐檳榔汁，有礙觀瞻及環境衛生。而從醫學的觀點看，嚼食檳榔對人體健康有百害而無一利。其對人體健康的影響：

1. 對牙齒的影響：

由於石灰質和檳榔汁充滿口腔中形成牙結石，又由於長期用力嚼食而咬耗牙質，甚至使牙齒裂開或折斷。

2. 對牙周組織的影響：

由於檳榔纖維頗為粗硬，會刺傷牙齦或堵塞牙縫，造成牙間乳頭的壓迫而發炎，也由於用力嚼食，對牙周膜造成傷害，使得牙根周圍發炎、浮腫、疼痛。

3. 對口腔黏膜的影響：

由於嚼食檳榔而造成口腔黏膜下纖維化和白斑病，也就是口腔癌的前期病變，其臨床症狀為張口困難、疼痛、麻木感、口腔黏膜變白及潰瘍。

四、結語

「檳榔」已被國際癌症總署證實為致癌物質，台灣 10 位男性中就有 1.5 人嚼檳榔，一年超過 4700 個家庭被宣告親人罹患口腔癌，2000 多個家庭因而失去至親，占男性癌症死亡第四位。邀請您加入拒絕檳榔健康行列，與我們一起宣導拒嚼檳榔，擁抱健康。