

「檳榔會致癌」

檳榔是一級致癌物

國際癌症研究中心（IARC）已證實，檳榔會致癌！不管有無添加物都會致癌，提醒民眾切勿以為吃不多、吐掉檳榔汁就不會罹患口腔癌，其實檳榔含有檳榔素(arecoline)和檳榔鹼(arecaidine)，會透過嚼食摩擦(機械性)接觸及汁液(化學性)刺激口腔黏膜而產生癌變，除傷害牙齒、牙周病變，增加口腔、咽等部位罹癌風險，也會干擾脂肪及葡萄糖代謝，導致或加重高脂血症、第 II 型糖尿病和代謝症候群等。

每年有超過 3000 人死於口腔癌 嚼食檳榔是關鍵

根據國民健康署癌症登記資料及衛生福利部死因資料顯示，每年超過 8000 人罹患口腔癌、3 千多人死於口腔癌，其中 9 成是男性，發病時多為中壯年，一旦罹癌，對家庭生計影響甚大。

近日氣溫下降，民眾選擇衣物保暖禦寒，卻有民眾以嚼檳榔方式取暖，忽略檳榔會致癌的事實，反而變成「吃在嘴裡、壞了身體」。國民健康署提醒勿嚼檳榔驅寒，以免賠上自身的健康，建立無檳的生活習慣與型態，既可以擁有健康也可以省荷包。

國健署補助口腔黏膜檢查 有效降低死亡風險

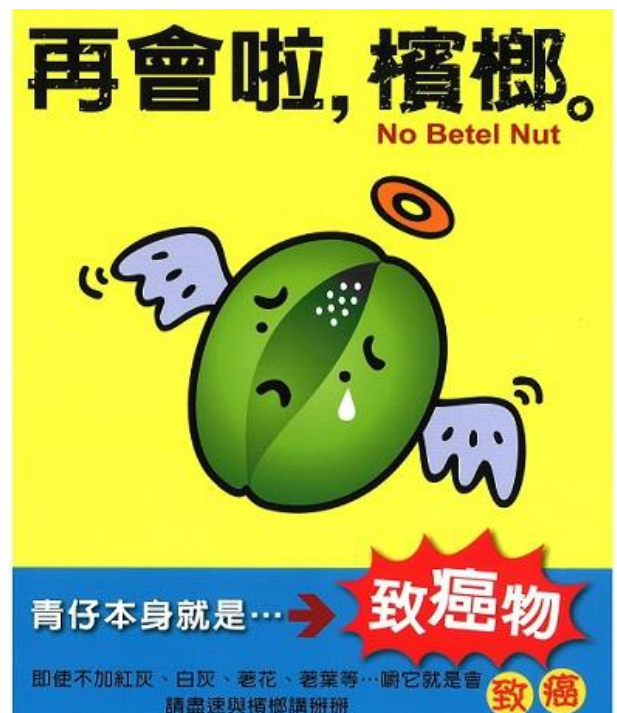
口腔癌是最容易預防、也是最容易發現的癌症！為協助民眾即早發現口腔病變，國民健康署補助 30 歲以上有吸菸或嚼檳榔習慣的民眾，每 2 年 1 次口腔黏膜檢查。口腔黏膜檢查的目的，是要找出癌前病變，加以治療或阻斷癌症發生的機會，根據全國口腔黏膜檢查資料發現，透過篩檢發現之口腔病變者，有 75%(0-1 期)屬癌前病變及早期癌症，只要戒除嚼檳榔、吸菸習慣、搭配治療，可降低癌前病變轉化為惡性之風險，加上定期檢查更可降低 26%

死亡風險，而未接受篩檢的口腔癌患者，則有 5 成為晚期癌(3-4 期)，由此可見定期篩檢之重要。

根據癌症發生與死亡資料顯示，近年來國人口腔癌標準化發生與死亡率趨勢漸趨平緩，其中 30-49 歲男性口腔癌標準化發生率自民國 98 年每 10 萬人口之 59.1 人，降至 107 年每 10 萬人口 44.7 人，降幅達 24.4%。民眾應持續保持「拒絕檳榔、菸、酒」、「定期篩檢」、「及早治療」等習慣，遠離口腔癌的威脅！

定期受檢 若發現破、斑、硬、凸、腫情形 請儘速就醫

110 年因新冠肺炎疫情，民眾擔心染疫風險而不敢就醫，國民健康署提醒：隨著新冠肺炎疫情趨緩，已有 32 萬名嚼檳榔或吸菸民眾接受篩檢，30 歲以上有嚼檳榔或吸菸習慣而尚未篩檢的民眾，請攜帶健保卡至健保特約牙科、耳鼻喉科醫療院所接受口腔黏膜檢查。若自己發現口腔黏膜出現持續 2 週無法癒合的潰瘍、不明白色或紅色的斑塊或是嘴巴、舌頭活動受限制、甚至腫塊等破、斑、硬、凸、腫情形，應儘速就醫，千萬別錯失早期治療良機！



參考資料：<https://www.mohw.gov.tw/cp-16-64191-1.html>
<https://www.twport.com.tw/gp/cp.aspx?n=B249B423850A7C80&s=97E040C0E33E0421>