

健康カプセル!

ゲンキの時間



<舌がんの主な原因>

歯科の治療によってできた被せ物や詰め物・入れ歯などが合っておらず、舌がこすれたり傷ついた状態が続くと、刺激となってがんになりやすくなります。また、飲酒や喫煙も舌がんのリスクを高めるため、要注意です。

<舌がんになりやすい人の特徴>

1. お酒をよく飲む
 2. タバコを吸う
 3. 熱い食べ物や辛い食べ物が好き
 4. 口内炎がしやすい
 5. 舌の両側に歯型がしやすい
- なかでも4、5に当てはまる人の場合、日常的に刺激を受けているのでリスクが他よりも高くなります。

<舌がんセルフチェック>

- ・舌の表面が赤色や白色になっていないかの確認
- ・舌の表面を指で触りシコリがないかの確認

舌がんは自分で発見できるがんの1つ。1か月に1度定期的にチェックを行う事でリスクを減らす事ができます。早期発見のためにも、気になったらすぐに病院へ行きましょう。