嚼檳榔易致口腔癌

台北市衛生局家計中心／任宜蓀

吸菸引起肺癌，嚼檳榔造成口腔癌，香菸和檳榔已成爲醫護人員不喜歡之物。喜愛嚼食者嗜檳榔如神物，一日不可或缺；沒有嚼檳榔習慣者，則視之爲毒物，眼不見爲淨。

一般嚼食檳榔多係選用未熟之綠色果實，內中加石灰、甘草粉、橘蜜、肉桂粉以及老藤，對嚼食者而言，其特殊的辛辣味以及甘香味，同時又具提神作用，無怪乎愛之者衆。

致癌因子吃進口

但牙科學者專家很在意的提醒民衆，檳榔中之添加物如石灰、甘草、橘蜜長期刺激口腔粘膜會造成口腔粘膜病變，引起口腔癌；另外，老藤中所含的黃樟素也可能致癌；而最主要的是檳榔本身所含的二甲基亞硝，正是致癌因子。

檳榔致病引起症狀輕者產生牙周病，口腔粘膜變性失去功能、黏膜下纖維化造成牙周緊閉，重則產生口腔癌，在口腔粘膜、舌頭、口腔底部、齒齦、後臼齒三角及嘴唇等部位都可能產生癌症。

一般口腔癌治療起來都相當棘手，尤其晚期患者，往往需要做廣泛切除，並需以其他方法來重建、修補以恢復語言、吞嚥等口腔功能。另外，局部復發及頸部淋巴轉移的情形，往往患者癒後情況不樂觀

檳榔是禍首

雖然口腔癌的誘發因素包括抽菸、喝酒、不當的假牙等因素，但是不可否認的，台灣地區盛產，且爲中下層民衆所嗜食的檳榔及其添加物，正是致癌的重要因素。值得注意的是，這種不良嗜好不僅有逐漸普遍的趨勢，甚至已擴展至年輕人，更是值得注意的。

所以，預防口腔組織病變的根本方法，是少吃刺激性食物、保持良好的口腔衛生、按時刷牙、定期檢查，並且戒除嚼食檳榔的習慣。雖然有關檳榔造成口腔癌的眞正原因並不明確，但各種統計數字顯示，嚼食檳榔發生口腔癌的機率，極明顯地比不吃檳榔者高。爲了你的健康，應畢生「絕食」檳榔。