



これが口腔がん

胃がんなどとは異なり、直接目でみることもできるにもかかわらず初期にはほとんど無症状なため、気づいたときにはすでに進行がんになっていることが多いのです。

口唇にも



頬粘膜にも



歯肉にも



口蓋にも



舌にも



口腔底にも



口腔がんセルフチェック

月に1回は
セルフチェックを!

鏡の前で
チェックしてみましょう

治りにくい傷、入れ歯やさし歯による当たり傷はありませんか?
なかなか消えない境、シコリ、腫れ、できものはありますか?

- ★口の中を清潔に。
- ★お酒はほどほどに。
- ★喫煙はしない。
- ★バランスのよい食事をする。
- ★むし歯を放置しない。
- ★合わない入れ歯は放置しない。
- ★並びの悪い歯を放置しない。

気になる症状がある場合には
かかりつけの
歯科医院に
相談しましょう!

① 唇・歯肉

歯を軽く噛み合わせ、上と下の唇を軽く指で持ち、唇の内側を観察。そのまま、前歯の歯肉も見てみましょう。



② 頬・歯肉

口をあけて、頬を指で少しひっぱり、上下の奥のほうの歯肉と頬の内側を見て触って確認しましょう。



③ 歯肉の内側

歯肉の内側も見えていきましょう。(口腔用の鏡を使うと便利です。)



④ 口蓋 (口の天井)

頭を後ろにそらして、口蓋を観察し、指で触れながらシコリや腫れ、色が変わった部分がないかを観察しましょう。



⑤ 舌

舌を前に出し、舌の表面と左右の側面を見ます。ガーゼ等で舌をやさしく挟んでそっと引っ張ってみましょう。色や形、引きつり、治らない傷などがないか注意してみましょう。



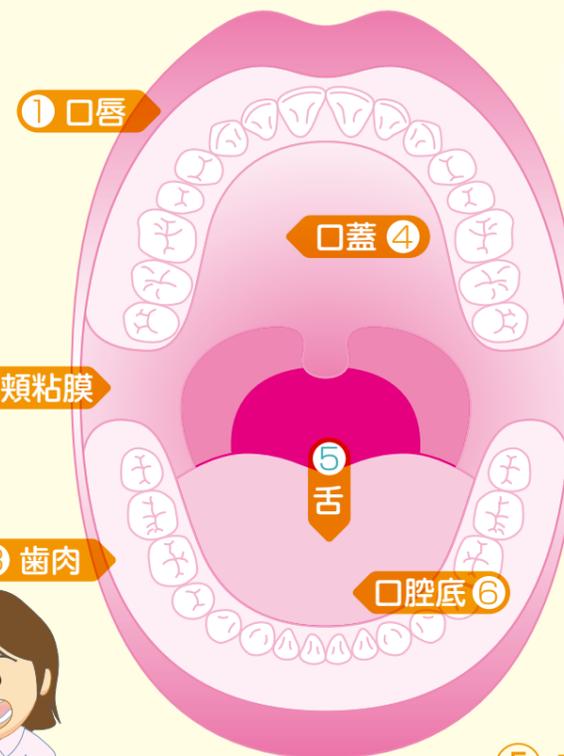
⑦ リンパ節

首やアゴの下あたりにこぶ状のものがないかを、触って確認しましょう。



⑥ 舌の裏側

舌の裏側と下の歯肉の間の粘膜も異常がないか、見て触って確認しましょう。



口の中のいろいろな部分にできる

口腔がん を予防しましょう

口腔がん 早期発見チェックシート

- 口内炎が2週間以上治らない。
- 抜歯した傷がなかなか治らない。
- 噛んだ傷がなかなか治らない。
- 粘膜のただれ、赤や白のできものがある。
- かたいシコリ、腫れ、できものがある。
- 入れ歯やさし歯が当たってできた傷が治らない。
- 舌がうまく動かなくなった。
- 口が開きにくくなった。
- 唇や舌がしびれる。
- タバコを吸う。

粘膜のただれ、赤や白に変色している部分はありませんか?

1

口腔がんと間違えやすい状態

骨隆起

—こつりゅうき—

骨隆起とは、あごの骨が部分的に過剰に発育することによって生じる、いわゆる骨の「こぶ」。



口蓋隆起

—こうがいりゅうき—

口蓋の中央部の骨の隆起です。



下顎隆起

—かがくりゅうき—

下顎骨の舌側にできる骨の隆起です。

溝舌

—こうぜつ—



舌表面に溝ができています。詳細は不明ですが先天性や、慢性炎症によって起こるといわれています。

舌乳頭

—ぜつにゅうとう—



舌の後ろや側面に膨らんだ楕円形の部分があります。これは正常な舌の組織なので病気ではありません。

アフタ性口内炎



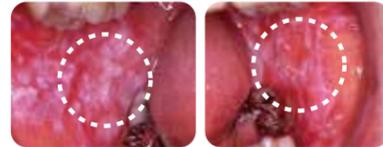
一般的な口内炎のことで7~10日程度で治癒するものです。原因は不明で細菌感染や疲労・ストレスなどが考えられています。

2

口の中、他にもこんな病気

口腔扁平苔癬

—こうくうへんぺいたいせん—



- ・ほほがしみる
- ・ほほに網状の白い模様がある
- ・難治性

带状疱疹

—たいじょうほうしん—



- ・口蓋、口唇に水疱が多数ある
- ・水疱がある部分にさすような痛みがある
- ・栄養不良、過労、放射線照射、感冒も原因となる

義歯による傷（褥瘡性潰瘍）

—じよくそうせいいかいよう—



義歯調整前 義歯調整後

- ・義歯がすれて痛い
- ・ほほや舌に義歯が当たり痛む
- ・口腔粘膜に灰白色のものがある

口腔カンジダ症

—こうくうかんじだしょう—



- ・舌が白い
- ・舌がぴりぴりする
- ・免疫能、感染防御機能低下も原因となる

天疱瘡・類天疱瘡

—てんぼうそう・るいてんぼうそう—



- ・口腔内に水疱ができた
- ・口の中がしみる
- ・皮膚などにも症状がみられる
- ・自己免疫疾患

掌蹠膿疱症

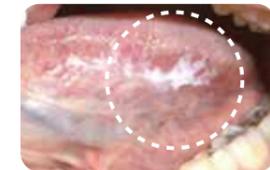
—しょうせきのうほうしょう—



- ・扁桃腺炎、歯性慢性病巣、副鼻腔炎などの感染病巣や歯科用金属アレルギーによって起こる
- ・掌蹠(手のひら、足の裏)に無菌性の小膿の出現をくりかえす

3

口腔がんではありませんが注意が必要です!



白板症

—はくばんしょう—

口の粘膜にできた、ぬぐっても落ちない白い変化は「白板症」かもしれません。白板症は3~10%が癌化するので、定期的なチェックが必要です。



紅板症

—こうばんしょう—

口の粘膜にできた、痛みや出血を伴う赤いただれは「紅板症」かもしれません。紅板症は50~60%が癌化することから早い対応が必要です。

口腔がんを予防しましょう

かかりつけの
歯科医院に
相談しましょう

口腔がんは…

40歳を過ぎるころから発生することが多く、加齢とともに増加します。

タバコ・アルコール・刺激の強い食べ物・合わない入れ歯による粘膜の損傷など、慢性的な刺激による遺伝子の異常によって起こります。

初期のうちに適切な治療が行われれば、ほぼ治癒しますが、進行がんになるに従い治癒率は低下します。

早期発見・早期治療が極めて重要です。

