

如何正确认识口腔癌

邓纪恩

(顺庆区妇幼保健院 四川南充 637000)

摘要:现代人们对于对于癌症已经有了大致的认识,可以说是谈癌色变,由于人们的健康和医疗意识不到位,缺乏定期体检的习惯,所以在我国,大部分癌症患者只有在症状以及身体严重不适时才会就医,这时的癌症大多已经恶化,无法有效治疗,所以当前癌症就成为了人们在医学领域始终难以克服的巨大挑战。当前我国医学领域中已经发现了多种癌症,其中口腔癌与肺癌等癌症相比其发病率比较低,但是一旦出现,对人们身体健康和生命安全的威胁也是十分巨大的。既然如此,那要怎样及时发现口腔癌并进行防治呢?下文就对其进行了简单解答。

关键词:口腔癌;发病原因;防治

口腔癌属于癌症病症的一种,其本身具有极强的危险性,一旦发生就会给人的身体健康和生命安全带来巨大威胁,所以我国的口腔癌患者也不可避免的会出现。口腔癌在发生之后,不仅仅会影响人们的身体健康,还会给人们日常生活带来不便,但是其病症的表现并不明显,与其他的口腔疾病相似,所以患者难以及时发现并进行治疗。因此现在人们在探讨口腔癌的问题时,首先需要知道口腔癌是怎样发生的,并了解其相关病症和防治机理。

一、口腔癌的发病原因

1、抽烟

众所周知,吸烟属于一种不良的生活习惯,所有的香烟外包装都印有吸烟有害健康的提示,但是对于烟民来说,烟瘾是无法克制的,想戒烟十分困难,对于吸烟带来的健康问题,大部分人只了解吸烟能够引发肺癌,而每年,由于吸烟导致的死亡人数也在不断增加,可是很多人并不知道,吸烟除了能够引发肺癌之外还可能会引发口腔癌,而由于吸烟的男性比例更大,所以口腔癌的男性患者数量也普遍比较多。

2、喝酒

喝酒本身也属于一种生活习惯,适当饮酒对身体有好处,但是过度饮酒却会引发健康问题,其中就包括了口腔癌,酒精对口腔黏膜会产生极大的刺激,尤其是酒精浓度过高,可能会使口腔黏膜受到化学烧伤,这样黏膜中细胞膜的通透性会增加,大量致癌物质可能会通过口腔黏膜被吸收。所以研究出了会引发口腔癌之外,还可能会引发其它癌症。

3、不良饮食习惯

口腔癌作为口腔方面的健康疾病,本身就很容易受到饮食习惯的影响,很多人或多或少都有不良的饮食习惯,其中会引发口腔癌的饮食习惯中,就包括了咀嚼槟榔,在咀嚼槟榔时,槟榔内部的大量纤维会与粘膜反复接触,咀嚼时间越长,患癌几率越大,所以在槟榔的高产区,口腔癌和其他的颊部癌症发病率都比较高。

4、异物刺激

大部分的口腔癌在前期都表现为口腔溃疡,也就是口腔黏膜破损发炎,异物刺激是引发该问题的一个重要原因。人们在日常生活中,口腔内部黏膜很容易受到异物的刺激,比如牙齿与粘膜发生碰撞,或者牙齿矫正时矫正物品与粘膜发生接触,口腔内部留有的残根残冠有

可能会刺激到粘膜。如果不解决这些问题,长此以往就可能会引发口腔癌。

二、口腔癌的防治展望

1、医学治疗

口腔癌作为一种严重的癌症疾病,在对其进行治疗时,常规的医学治疗是最为常见的治疗方式,主要包括手术切除、化学治疗、放射线治疗和中药治疗等,利用这些医学治疗方式能够有效抑制癌细胞的扩散和转移,对于抑制口腔癌有着极好的效果。

2、改变饮食习惯

因为口腔癌属于口腔类的健康疾病,饮食习惯对其有着直接影响,所以想要防治口腔癌,可以先改变饮食习惯。人们日常饮食要尽量清淡,要少食过辣或过烫等对粘膜有刺激性的食物,尽量少嚼槟榔。另外健康的饮食还要做到膳食合理搭配,人们生活水平在提高之后,饮食都过于精细,粗粮的摄取量不足,这并不健康,所以在饮食时可以适当摄取粗粮,平衡膳食。

3、改变不良生活习惯

吸烟喝酒都属于不良的生活习惯,也是引发口腔癌的重要原因,所以想要对其防治就需要改变不良的生活习惯,尽量戒烟戒酒,控制吸烟、喝酒的频率,同时在日常生活工作中要做到多运动、注意缓解精神压力,防止过度疲劳,提高身体免疫力。

4、做好口腔卫生

大部分的口腔疾病都是由于口腔卫生不到位引发的,口腔癌也不例外,所以想要对其进行防治,就需要重视口腔卫生,做好口腔清洁,坚持早晚两次科学刷牙,日常用淡盐水清洁漱口,如果发现口腔粘膜出现了溃疡或其他症状,需要及时就医,特别是对于残根残冠等,必须要彻底清除,防止其对口腔黏膜长期刺激。

结束语:综上所述,口腔癌作为一种癌症疾病,其对人们身体健康和生命的威胁是极为巨大的,一旦发生了口腔癌,人们的口腔健康和日常饮食都会受到影响,在危害人们身体健康的同时,还会给患者带来巨大的心理压力。口腔癌的发病原因大多与人们的生活和饮食习惯相关,口腔癌与其他常见的癌症相比,其发病率相对较低,但即使是这样,人们也必须要了解其发病原因,并提前预防,这才是应对口腔癌的正确方法。