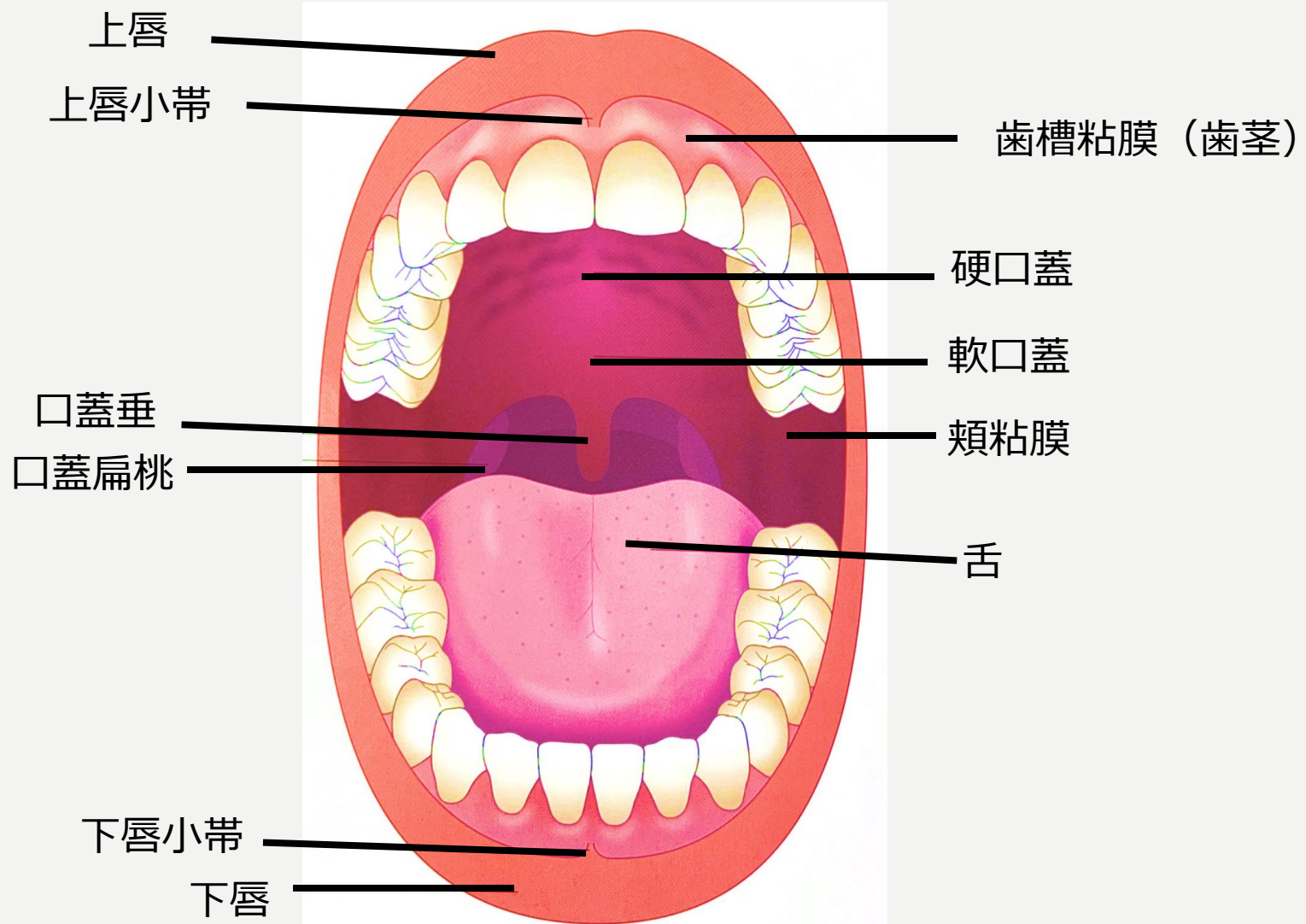


やさしい健康教室

～正しく知ろうお口の粘膜の病気～

歯科口腔外科 外山直人

口のつくり, はたらき



口のつくり, はたらき



色から見る変化

赤色

舌炎
口腔カンジダ症
口腔扁平苔癬
紅板症

白色

白板症
口腔扁平苔癬
アフタ性口内炎
口腔カンジダ症

黄色

脂肪腫
フォーダイス斑

紫色

粘液嚢胞（ガマ腫）
血管腫

黒色

黒子
色素沈着
血腫
黒毛舌
悪性黒色腫

形から見る変化



水膨れ

ヘルペス性口内炎
帯状疱疹
天疱瘡

凹み

入れ歯・歯による圧痕
溝状舌
地図状舌



傷 (びらん, 潰瘍)

褥瘡・潰瘍
咬傷

腫れ

膿瘍

瘤

粘液嚢胞
骨隆起
良性腫瘍



口のがん

全てのがんのうち1~2%で、50歳以上の男性に好発し、発生する部位や病期(進行度)により症状はさまざまです。一口にがんといってもいろいろな場合がありますが一般的に悪性の腫瘍には

- (1)病気の進行が速く、できものが速く大きくなる
 - (2)できものの周りが硬い
 - (3)周囲と癒着していて、境界がはっきりしない
 - (4)他の部位に転移する
- などのような共通の性質があります。

口腔がん全体の5年生存率は60~70%です。初期のものではほとんどの症例が治癒しますので、できるだけ早期に受診することが大切です。

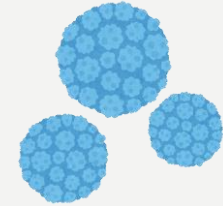
口のがんのリスク要因



喫煙



飲酒



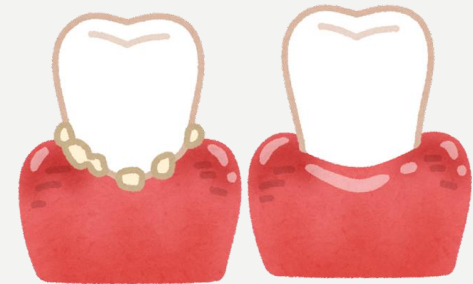
ウイルス感染
(ヒトパピローマウイルス)



合わない入れ歯



歯の鋭縁



不良な口腔衛生状態

セルフチェック

毎月1回、口の中をセルフチェックしましょう！

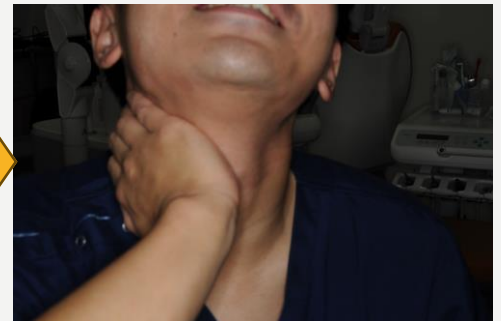
★手順1: 明るい光の下で、鏡を使って(入れ歯があれば外して下さい)。

- ✓□ 唇の内側と下あごの歯ぐきを見て、触して下さい。
- ✓□ 頭を後ろに傾けて、上あごの歯ぐきとその間を見て、触して下さい。
- ✓□ 頬の(裏側)の粘膜を見て、触して下さい。
- ✓□ 舌を前に出して、舌の両脇、舌と歯ぐきの間を良く見て、触して下さい。
- ✓□ 下あごから首にかけて触って見て下さい。

★手順2: 良く観察し、チェックしましょう。

- ✓□ 白い斑点や赤い斑点はありませんか。
- ✓□ 治りにくい口内炎や、出血しやすい傷はありませんか。
- ✓□ 盛り上がったできものや固くなった所はありませんか。
- ✓□ 顎の下と首の脇に腫れはありませんか。
- ✓□ 食べたり飲みこんだりがスムーズにできますか。





★2週間以上よくなる兆しのない口内炎，硬いしこりは要注意！

怪しい？と感じたら 歯科医院で相談を



怪しい？