口腔预防癌



CATALOGUE

目录

- 口腔癌的概述
- 口腔癌的预防
- 口腔癌的筛查与诊断
- 口腔癌的治疗与康复
- 口腔癌的预防教育与宣传

01

口腔癌的概述

定义与类型







定义

口腔癌是指发生在口腔黏膜的恶性肿瘤，包括唇、舌、牙龈、腭等部位。

类型

口腔癌主要包括唇癌、舌癌、牙龈癌、腭癌等类型，其中舌癌和牙龈癌较为常见。

口腔癌的病因



吸烟和饮酒

长期吸烟和饮酒是导致口腔癌的主要原因之一，尤其是对于舌癌和牙龈癌。



病毒感染

人类乳头瘤病毒（HPV）和EB病毒等病毒感染也可能与口腔癌的发生有关。



遗传因素

部分口腔癌患者存在家族遗传倾向，即家族中有口腔癌病史的人更易患上此病。



口腔卫生不良

口腔卫生不良、口腔黏膜长期受到刺激等因素也可能增加患口腔癌的风险。

口腔癌的症状与表现

口腔疼痛

口腔黏膜疼痛，尤其是在进食或刷牙时加重。

牙齿松动

口腔癌可能侵犯牙槽骨，导致牙齿松动或脱落。

口腔溃疡

口腔黏膜出现溃疡、糜烂等症状，持续时间较长且不易愈合。

口腔肿块

口腔中出现质地较硬、不易移动的肿块，有时伴有疼痛。

其他症状

口腔癌还可能伴有口臭、吞咽困难等症状，但这些症状也可能是其他疾病的表现。

02

口腔癌的预防

保持口腔卫生

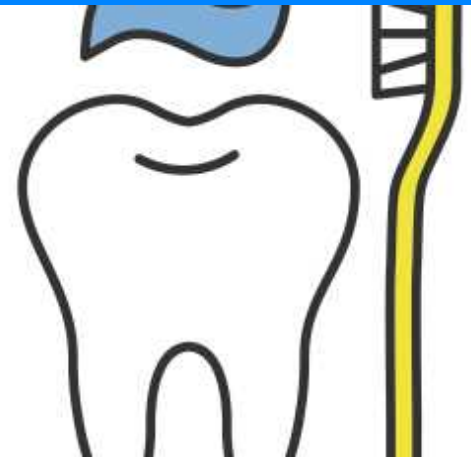
刷牙

每天至少刷牙两次，每次刷牙时间不少于两分钟，采用正确的刷牙方法，即水平颤动拂刷法，以彻底清除牙菌斑。



漱口

饭后及时漱口，减少食物残渣和细菌在口腔中的滞留。



牙线

使用牙线清洁牙间隙，特别是牙龈线下方的位置，以预防牙周病和邻面龋。



定期口腔检查

定期口腔检查

每年至少进行一次口腔检查，以便及时发现口腔问题，如口腔癌、牙周病、龋齿等。



口腔癌筛查

对于高危人群，如长期吸烟、饮酒、嚼槟榔等，应定期进行口腔癌筛查，以便早期发现和治疗。

避免不良生活习惯

01



戒烟

戒烟可以显著降低口腔癌的风险，同时也有利于预防其他呼吸系统疾病和心血管疾病。

02



限酒

长期大量饮酒会增加口腔癌的风险，应适量饮酒或戒酒。

03



减少槟榔摄入

槟榔是一种致癌物质，长期摄入会增加口腔癌的风险，应减少或戒除槟榔摄入。

均衡饮食与营养



增加蔬菜和水果摄入

蔬菜和水果富含维生素、矿物质和抗氧化物质，有助于预防口腔癌和其他慢性疾病。

控制糖分摄入

糖分摄入过多会增加蛀牙和牙周病的风险，应控制糖分摄入量。

适量补充钙质

钙质是牙齿和骨骼的主要成分，适量补充钙质有助于维护口腔健康。

03

口腔癌的筛查与诊断

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：https://d.book118.com/518071047065006044