



آنچه باید درباره سرطان دهان بدانید

براساس آمارهای جهانی، سرطان دهان چهارمین سرطان شایع آقایان و ششمین سرطان شایع در بین خانمها است. بد نیست بدانید آقایان سه برابر بیشتر از خانمها به این بیماری مبتلا می‌شوند و معمولاً هم در افراد بالای 40 سال دیده می‌شود.

جام جم سرا: براساس آمارهای جهانی، سرطان دهان چهارمین سرطان شایع آقایان و ششمین سرطان شایع در بین خانمها است. بد نیست بدانید آقایان سه برابر بیشتر از خانمها به این بیماری مبتلا می‌شوند و معمولاً هم در افراد بالای 40 سال دیده می‌شود.

بارها خوانده و شنیده‌اید که سیگار کشیدن سلامت‌تان را تهدید می‌کند، اما بررسی‌های متعدد پژوهشگران نشان می‌دهد مصرف دخانیات همچون سیگار، پپ و قلیان یکی از مهم‌ترین فاکتورهای ابتلای افراد به سرطان دهان است به طوری که به گفته بسیاری از متخصصان، افراد سیگاری تا شش برابر بیشتر از کسانی که سیگار نمی‌کشند دچار این سرطان می‌شوند. دکتر امیررضا موحدی، دندانپزشک و جراح دهان، فک و صورت در گفت‌وگو با جام‌جم می‌گوید: علاوه بر سیگار، مصرف مشروبات الکلی یکی از عوامل موثر در ابتلا به سرطان دهان بوده و این‌که آمار آقایان مبتلا بالاتر از خانمهاست به بیشتر بودن تعداد سیگاری‌ها و الکلی‌های جنس مذکر برمی‌گردد و معمولاً هم با افزایش سن بویژه در فاصله چهل تا پنجاه و پنج سالگی این بیماری خطرناک بروز می‌کند.

البته فاکتورهای دیگری مثل عفونت‌های ویروسی، ضعف سیستم ایمنی بدن، قرار گرفتن در معرض اشعه ماورای بنفش، عوامل تحریک‌کننده مخاط دهان مثلاً دندان‌های مصنوعی غیراستاندارد که در دهان لق می‌زنند و ایجاد زخم می‌کنند یا حتی مصرف مداوم غذاهای بیش از حد تند و تیز را هم نباید نادیده گرفت. افرادی که جرم زیادی روی دندان‌هایشان دارند یا بهداشت دهان و دندان را بخوبی رعایت نمی‌کنند هم در معرض ابتلا به این نوع سرطان هستند.

حواستان به سلامت دندان‌هایتان باشد

به گفته دکتر موحدی، پرکردن نامناسب دندان یا دندان‌هایی که به دلیل شکستگی و لب‌پیر شدن گوشه تیزی دارد و این تیزی باعث ایجاد زخم روی زبان می‌شود هم می‌تواند در طولانی مدت زمینه ابتلا به سرطان دهان را فراهم کنند. به همین دلیل توصیه می‌شود مراجعه به دندانپزشک را به موارد حاد واگذار نکنید و هر شش ماه یکبار از سوی دندانپزشک مورد معاینه قرار بگیرید چون ممکن است یک زخم ساده علامت یک بیماری پیش رونده و حاد مثل سرطان باشد. در واقع شایع‌ترین سرطان‌های ناحیه فک و دهان با یک زخم بروز می‌کند که در مراحل اولیه هم بدون درد است و متأسفانه بیمار به پزشک مراجعه نمی‌کند چون فکر می‌کند یک آفت دهانی ساده است و با گذشت زمان یا استفاده از فلان داروی خاص کم‌کم خوب خواهد شد و جای نگرانی نیست، در حالی که گاهی همین موضوع به ظاهر ساده و نه چندان بااهمیت، زندگی فرد را نشانه می‌گیرد.

اگر آفت می‌زنید

به گفته دکتر موحدی، آفت شایع‌ترین ضایعه مخاطی دهان است و حتی اگر درمان هم نشود ظرف یک تا دو هفته خود به خود بهبود می‌یابد، اما زخمی که در دهان به وجود آمده و بعد از گذشت سه هفته خوب نمی‌شود یک هشدار است و بیمار حتماً باید به متخصص مراجعه کند تا مورد بررسی دقیق‌تر قرار بگیرد.

علائم سرطان دهان را بشناسید

شاید زخم‌های ناحیه لب و دهان و زبان و... که براحتی خوب نمی‌شود یا با اشاره بسیار کوچکی خونریزی می‌کند (چه دردناک و چه بدون درد) از جمله مهم‌ترین علائم سرطان دهان محسوب شود، اما وجود قسمت‌های سفید یا قرمز رنگ یا حتی گوشت اضافه روی لثه‌ها، زبان، لوزه یا دهان، گرفتگی گلو یا گلودردی که در یک دوره خاص از بین نمی‌رود، توده یا ضخیم شدگی در گونه، مشکل در جویدن و بلع غذا، اختلال در حرکت و چرخاندن زبان یا فک، فقدان حس یا درد هنگام لمس قسمت‌هایی از صورت، دهان و گردن، ورم غده‌های لنفاوی در گردن، احساس ناراحتی هنگام صحبت کردن، کاهش وزن ناگهانی، احساس خواب‌آلودگی مداوم و... هم ممکن است نشانه‌هایی از ابتلا به این نوع سرطان باشد.

دکتر خودتان باشید

دکتر موحدی با بیان این‌که سرطان دهان ممکن است است‌لب‌ها، کام، زبان، غشاهای درونی لب یا گونه، لوزه‌ها و گلو را درگیر کند، می‌افزاید: با وجودی که بسیاری از سرطان‌ها با پیشرفت و نفوذ به غدد لنفاوی به نواحی دیگر بدن هم سرایت می‌کند و به دلیل نزدیکی دهان به غدد لنفاوی گردن، احتمال انتشار آن در کل بدن زیاد است، اما از آنجایی که محیط دهان بخوبی قابل مشاهده است، می‌توانیم مراحل ابتدایی شروع سرطان را در دهان تشخیص دهیم. به عبارتی، درمان سرطان دهان در مراحل

اولیه، بسیار آسان و کم‌هزینه بوده و با شانس بهبود زیادی همراه است. پس علاوه بر مراجعه دوره‌ای به دندانپزشک ماهی یک بار جلوی آینه بایستید و با یک چراغ قوه بیرون و داخل لب‌ها، زبان، داخل دهان، زبان کوچک، لوزه‌ها و لثه را به دقت بررسی کنید. همچنین گردن و زوایای فک پایین را با دست لمس کرده و از لحاظ وجود توده‌های سفت، مورد معاینه قرار دهید و در صورت مشاهده کوچک‌ترین علائم مشکوک به پزشک مراجعه کنید. بد نیست بدانید که پنج سال بعد از تشخیص سرطان فقط ۵۰ درصد از مبتلایان بهبود پیدا می‌کنند، با این حساب هرچه بیماری زودتر شناخته شود احتمال موفقیت درمانی هم بیشتر خواهد بود.

از تشخیص تا درمان

بررسی‌های تشخیصی سرطان دهان ممکن است شامل آزمایش‌های خون، نمونه‌برداری (برداشت مقدار کمی از بافت یا مایع برای بررسی آزمایشگاهی) از توده و رادیوگرافی سر باشد. البته سی‌تی‌اسکن یا ام‌آر‌آی (M.R.I) به بررسی گسترش بدخیمی کمک می‌کند. از طرفی هرچه توده در زمان تشخیص بزرگ‌تر باشد، احتمال گسترش آن به سایر نواحی بیشتر بوده و درمان بسته به محل سرطان (لب، زبان، کام یا...) متفاوت است.

جراحی نیز برای برداشت ناحیه سرطانی در صورتی که قابل عمل باشد، انجام می‌شود، اما بیمار پس از جراحی باید دهانش را سه تا چهار بار در روز با محلول آب نمک شست‌وشو دهد. حتی بسته به شرایط بیمار، اشعه‌درمانی یا مصرف دوره‌ای داروهای ضدسرطان هم ممکن است برای فرد تجویز شود. در مواردی هم که جراحی باعث اختلال در تکلم شده باشد، گفتاردرمانی توصیه می‌شود.

پریسا اصولی / گروه سلامت