



大阪府医師会発

けんこう情報



舌がん

「食事がしみる・痛む」などは要注意。
舌がんの早期発見に努めましょう。

口の中にできるがんの中で、もっとも多く見られる舌がん。歯を磨くときにチェックして、早期に発見するようにしましょう。



●舌がんとは

舌がんの9割程度は、舌の側面（舌縁）に発生しますが、まれに根元や下面に発生することもあります。舌がんの発生には、喫煙や飲酒、歯が当たるなどの舌への物理的な刺激、口中の汚れなどが深く影響すると考えられています。

●舌がんの症状は？



初期には、舌がざらざらしたり、白い斑点が見られることがあります。進行すると、しこりができ、冷たいものや辛いもの、酸味のある

ものを食べると、しみることもあります。また、硬いものが当たると痛みを感じるようになったり、言葉がしゃべりづらくなったり、口が開かなくなってくることもあります。

●セルフチェックの仕方

舌がんは目で見えるがんなので、定期的にセルフチェックをして早期発見に努めることが大切です。歯を磨くときなどに、舌の表、側面、裏をよく観察し、赤いただれや白いおできのようなものができていないかなどをチェックしましょう。気になる場所があれば、指で触ってしこりがないかを調べます。



●舌がんの予防は？

禁煙する、お酒を飲みすぎない、バランスのとれた食事をする、適切な運動をする、休養をとるといったことが大切です。また、虫歯やとがった歯などが舌に当たらないように歯科で適切な治療を受けるようにしましょう。口の中を清潔にすることも重要です。



ほかのがんと同様、舌がんも早期発見が重要です。気になる舌の異常を発見したら、早めに専門医に相談するようにしましょう。