

正確防治口腔癌

文／馬偕紀念醫院口腔顎面外科專任主治醫師黃子桓

根 據民國108年國民健康署統計，口腔癌在台灣十大癌症發生率排名第6位，男性多於女性，在男性惡性腫瘤發生率排名第3位，死亡率則排名第4位；好發於中壯年族群，病人不僅身心遭受巨大改變，往往也是家庭主要經濟支柱，連帶拖垮家庭、經濟及社會功能。

口腔包括：唇、頰黏膜、上下齒齦、臼齒後三角區、口腔底、硬顎、舌前三分之二。口腔癌是指整個口腔中軟組織及硬組織所有惡性病變的總稱，研究顯示慢性刺激是造成口腔癌重要的因素，其中以嚼食檳榔為最主要的原因，其他如抽菸、喝酒、梅毒、口腔衛生不良、不合適的假牙、長期食用高溫或刺激性食物等，都是口腔癌發生的可能原因。

口腔癌的形成是多階段的變化，先由正常組織表面產生變異或增生，形成潰瘍、白斑、紅斑、疣狀上皮增生等癌前病變，但癌前病變並非口腔癌，若症狀發生後置之不理或刺激源一直存在，則有極高的可能性會發展成口腔癌。口腔癌在確定診斷及分期後，會依據病人不同的狀況和需求來決定治療的方式。

影響口腔癌治療的因素有腫瘤的位置、大小、侵襲的範圍、臨床分期、病人的年齡和當時健康狀況等等。目前治療方式以外科手術切

除為主，放射線治療、化學治療為輔，有時也需數種方式合併治療。然而口腔癌的治療也會對病人造成許多難以忍受的副作用及影響，例如口腔咀嚼功能喪失、發音及吞嚥困難、明顯的外觀改變、肩頸僵硬運動受限麻木……等，都會對病人造成極大的身體或是心靈負擔。

早期診斷，給予適當的治療，預防其惡性轉變是相當重要的。透過定期自我口腔黏膜檢查，如有下列情況應立即就醫，必要時進一步接受切片檢查：

1. 口腔中任何部位顏色改變。
2. 口腔黏膜潰瘍超過二週以上未癒合。
3. 口腔黏膜不明原因的變厚或突起。
4. 咀嚼或吞嚥困難。
5. 張口受限、不明原因的疼痛或出血。

預防口腔癌除了定期自我檢查，應養成健康生活習慣，戒檳榔、戒菸、戒酒，並避免高溫及刺激性食物，定期就醫做口腔黏膜檢查，找出癌前病變，阻斷癌症發生的機會。目前國民健康署補助30歲以上有嚼檳榔（含戒檳）或吸菸民眾，以及18歲以上未滿30歲有嚼檳榔（含戒檳）的原住民，每2年1次免費口腔黏膜檢查，透過早期發現早期治療，降低口腔癌的發生及死亡。◎



◀ 口腔癌患者
口內腫瘤

若有戒檳榔及口腔癌篩檢的需求，歡迎來電諮詢。

台北：(02)2543-3535分機3489
淡水：(02)2809-4661分機2949

醫學美容中心：(02)2531-4135
調理餐包洽詢：(02)2543-3535 轉2450
癌症中心：台北(02)2543-3535 轉3475
淡水(02)2809-4661 轉2986
健康諮詢專線：(02)2571-3760
(09:00~12:00及14:00~17:00)
協談中心：(02)2543-3535 轉2010、2011

健康檢查中心：台北(02)2543-3535 轉2860
淡水(02)2809-4661 轉2440
醫病關係處理：台北(02)2543-3535 轉2104
淡水(02)2809-4661 轉2104
馬偕平安專線：(02)2531-0505或(02)2531-8595
人工預約專線：台北(02)2521-5291
淡水(02)2809-9495

善用長照資源 成為聰明照顧者

文／馬偕紀念醫院社會服務室長照社區組黃雅惠

何 爺爺80歲患有高血壓，平時僅與年邁太太住在公寓裡，子女各自成家住在外縣市，忙於工作與家庭，無暇親自叮囑爺爺用藥及陪伴就醫；周奶奶腦中風左側肢體無力，女兒常因為要照顧奶奶請假；鍾先生55歲有早發性失智症狀，太太因為需要工作無力照顧，導致鍾先生常有走失狀況……。

2018年台灣已轉為高齡社會，推估將於2025年邁入超高齡社會，高齡及失能人口議題衝擊著國家及每個家庭。現今社會結構，許多

家庭更面臨老老照顧，而當家人因為疾病或退化導致失能狀況需要協助照顧時，或是工作與照顧家人間蠟燭兩頭燒，此時若能了解並善用長照資源，將對提升照顧品質及緩解照顧壓力有所幫助。

當申請後經過各地方照管中心之照顧管理專員評估失能狀況及核定額度後，交由個案管理員，根據需求擬定照顧計畫，提供合適的服務。◎

長照服務

1	長照申請條件	(一) 65歲以上失能老人。 (二) 55歲以上失能原住民。 (三) 50歲以上失智症患者。 (四) 領有身心障礙證明(手冊)者。
2	申請管道	(一) 撥打長照專線1966。 (二) 親洽各地照顧管理中心。 (三) 家人若住院中可透過個案師協助申請。
3	費用	分為4種服務類型補助，依照失能等級有不同給付額度，每項服務在核定額度內使用，一般戶需自行給付16~30%不等的部分負擔。
4	四種服務資源	<p>照顧及專業服務：10,020~36,180元/月</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆居家照顧：受過專業訓練的照顧服務員到家中協助失能家人。 ◆社區照顧：將失能家人送到長照服務提供單位接受服務，場域包含：日間照顧中心、托顧家庭等。 ◆專業服務：針對失能家人的身心狀態及復能動機，導入維持或提升自我照顧能力不退化的復能照顧服務，讓家人可逐步恢復自立生活，減少家庭照顧者照顧負荷。 <p>輔具及無障礙環境改善服務：40,000元/3年</p> <p>包含居家生活輔具購置或租賃，如助行器、拐杖及輪椅等，以及居家無障礙設施改善，如可動式扶手、固定式斜坡道、防滑措施等。</p> <p>喘息服務：32,340~48,510元/年</p> <p>提供短期照顧服務，依照可用額度內，讓家庭照顧者獲得休息，服務項目分為三種：</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆社區喘息服務：如：日間照顧中心、小規模多機能服務中心及巷弄長照站。 ◆居家喘息服務：照顧服務員會到家中提供一天最少2小時，最多10小時的服務時間，提供身體照顧服務。 ◆機構喘息服務：家庭照顧者可安排有需要的家人至長照住宿式機構接受24小時的照顧服務。