

口内炎、歯槽膿漏が治らない……だいたい長くたつて病院に行ってみると、ステージ3のがんという診断。そうしたケースが5割にのぼるといふ。口腔がんから身を守るため、あなたは毎日きちんと歯を磨いていますか？

「口腔がんはこの40年で、女性の罹患率が2倍以上に増えています。死亡率も上がる一方で、死亡者も増えています（表①参照）。先日お子さんのいる主婦の方が私のところに来られました。歯はぐらぐらで、歯肉もぶぶぶよ。ステージ3の状態でした。なぜここまで放っておいたのだろうかという状況でした。ご本人は歯槽膿漏がずっと治らないのだと思込んでいたのです」

そう話すのは口腔がん治療の第一人者で、啓発活動に尽力する東京歯科大学口腔顎顔面外科科学講座の柴原孝彦教授。口腔がんとは唇や舌、歯肉、口底、頭蓋のほか、頬の内側や口蓋垂の前までの、口の中のあらゆる場所にできるがんのこと。冒頭の話のとおり、現在の日本では年間1万5千人が口腔がんを罹患し、7千人が命を落としている。柴原教授によると、

「口腔がんの4割が舌がんで、私が学生だった40年前は、飲酒や喫煙を嗜好したり、不摂生が口腔がんの主な原因とされ、男女差でいうと3対1で中年男性に多く発症する病気でしたが、いまは女性に多くなり、別の原因もあること

が分かってきました」
なんと、歯磨きも口腔がんに関係があるというのだ。
口腔がんについて09年に愛知県がんセンターで約2千500人を対象に行われた日本初の大規模調査によると、「歯磨きの回数が少ないほど罹患率が高くなる」という驚くべきデータがある（調査は口腔がんを含む頭頸部がん）。1日2回歯磨きをする人にくらべ、まったく磨かない人は、リスクが3.6倍に跳ね上がるというのだ（表②参照）。
同センター遺伝子医療研究部の松尾忠太郎部長によると、「口の中を清潔にしておかなければ、口腔内細菌が口の中で発酵し、アセトアルデヒドという発がん性物質を作るケースがあるのです。また歯の残存本数が少ない人にも罹患率が高くなること（09年の調査で）判明しています。」
これはかみ合わせがうまくいかないことで、残った歯が口の粘膜や舌、のどを刺激してしまい、入れ歯や義歯の不具合などもあって、口の中に傷を繰り返すこと、結果としてがん化すると考えられます」

しかも、いまもつとも危惧されていることは、口腔がんは子宮頸がんなどと比べ、まだまだ認知度が低いため、かなりがんが進行した段階で、受診する人が多いということだ。
「残念ながら罹患者の5割以上がステージ3以上の状態で受診します。進行していくと、がんがリンパ節や、全身に転移していき、致命的になることもあり。ですから、口の中に意識を高く持っていたいただきたいのです」と、柴原教授は強調する。

子宮頸がんの原因であるウイルスが

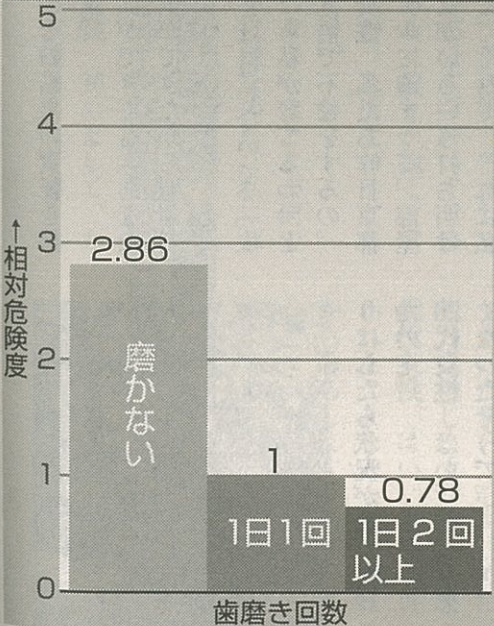
また、前出・松尾部長は飲酒で発がんしやすいタイプがあると警告する。
「お酒を飲むと、アルコールが肝臓でアセトアルデヒド（前出）に分解されます。お酒を飲んで赤くなる人は、このアセトアルデヒドを分解する「アセトアルデヒド脱水酵素」の働きがまったくない、アルコール因子を受け付けない体質なのです。」
そういう人は過度の飲酒により、酵素の働きのある人の5・34倍、口腔がんや食道がんのリスクも高くなるということがわかっていきます」
さらに知っておかなければ

ならないのはHPV（ヒトパピローマウイルス）だ。子宮頸がんの原因であるこのウイルスは、口腔がんの原因となるという。前出・柴原教授によると、
「HPVウイルスによる感染は、私の病院で調査したデータでは罹患率全体の1割程度です。これはオーラルセックスも一因となります。HPVのなかのある種は口腔がんの原因になることは、あまり知られていませんが、イソジンなどでうがいし、清潔に徹することで防げるケースもあると思われ、注意が必要です」
HPVと女性の口腔がんの罹患率増に関係があるのだろうか。柴原教授は続けて、「HPVは1割程度ですが、近年の女性の罹患率が多いことは、別の因子があると考えなければなりません。」

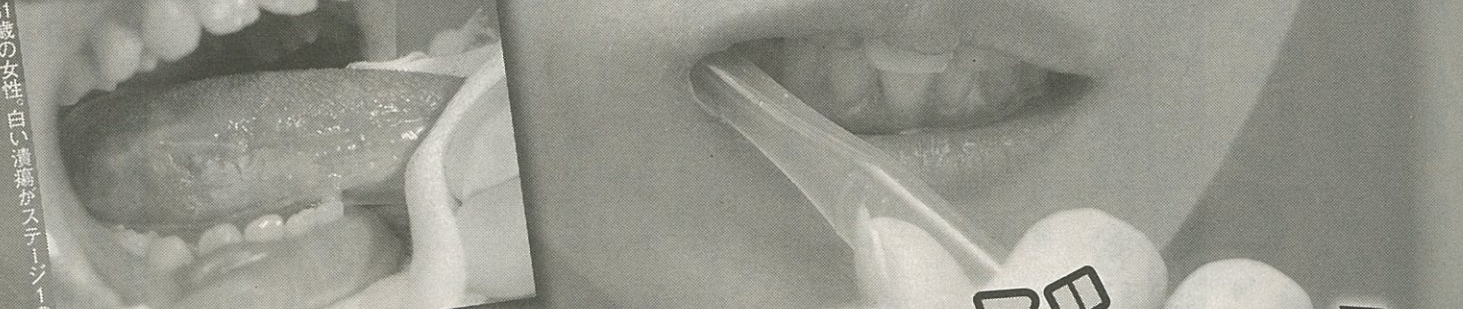
「HPVウイルスによる感染は、私の病院で調査したデータでは罹患率全体の1割程度です。これはオーラルセックスも一因となります。HPVのなかのある種は口腔がんの原因になることは、あまり知られていませんが、イソジンなどでうがいし、清潔に徹することで防げるケースもあると思われ、注意が必要です」



表② 歯磨き回数と頭頸部がんリスク



女性の患者が増加中！「深酒」「HPV」など、環境の変化が背景に――



歯磨きをサボると 「口腔がん」の リスクが3倍に！

「前がん状態」から発見できることも

口腔がんを防ぐには、過度な飲酒を避け、日ごろから1日2回以上、歯磨きをするなど、口の中を清潔に保つことが肝心だ。

また、かかりつけの歯科医を持つこともおすすめ。虫歯にならないければ受診しないというのではなく、定期的に歯石を除去するなど、年に2回は歯科医を訪れるようにしたい。口腔は視診と触診が可能部位なので早期発見率は格段に高くなる。

「前がん状態」から発見できることも

口腔がんを防ぐには、過度な飲酒を避け、日ごろから1日2回以上、歯磨きをするなど、口の中を清潔に保つことが肝心だ。

また、かかりつけの歯科医を持つこともおすすめ。虫歯にならないければ受診しないというのではなく、定期的に歯石を除去するなど、年に2回は歯科医を訪れるようにしたい。口腔は視診と触診が可能部位なので早期発見率は格段に高くなる。

口腔がん・早期発見チェックシート

- 粘膜が赤や白に変色しているところがある
 - なかなか治らない口内炎がある。もしくは口内炎が何度もできている
 - 腫れていたり、潰瘍やただれを起こしたりしている
 - しこりのようなものがある
 - 詰め物やかぶせ物、虫歯がある箇所に傷や口内炎のようなものがある
 - 入れ歯が当たって傷になっているところがある
- 1つでも当てはまれば、歯科医院で詳しい検査を受けましょう。

がんが発見されてしまっても慌てるのはまだ早い。口腔がんは、大腸がんや乳がんのように急に腫瘍があらわれるのではなく、前がん状態の「異形成」から、やがてがんになるというプロセスがあるからだ。

「ですから、前がん状態で発見できればダメージは最小限にとどめられます。明るいところで大きな鏡を使って、口の隅々まで見てください。粘膜が赤や白に変色しているところがあれば要注意です。口内炎と思っただけでも、2週間しても治らないようなら歯科医を受診したほうがいいですよ」（柴原教授）

左ページのチェックシートをもとにぜひ、口の中をよく確認しよう。

意外と恐ろしい口腔がん。身を守るには、歯磨きなど、日ごろのケアが肝心だ。

資料：口腔がん撲滅委員会