

## РАК ПОЛОСТИ РТА —

группа злокачественных опухолей, развивающихся из клеток слизистой оболочки щек, неба, десен, дна ротовой полости и языка

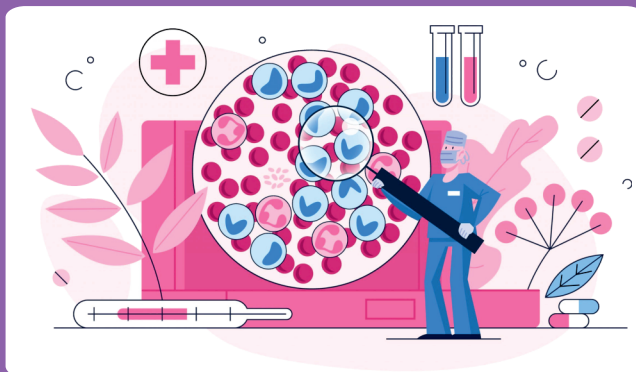
Распространенность рака полости рта составляет примерно 2 % больных среди общего числа заболевших раком.

Однако данные онкологические заболевания длительно протекают без значительных проявлений, в результате больше половины пациентов обращаются за помощью уже на поздних стадиях, когда человек вообще не может открыть рот, даже чтобы выпить воду, или опухоль уже разрушила окружающие ткани.

Больше половины новообразований наблюдается на языке, остальные отделы — дно полости рта, щеки, твердое и мягкое небо, альвеолярные отростки верхней и нижней челюсти, небные дужки — встречаются значительно реже.



Рак полости рта может возникнуть у любого человека, но чаще он развивается под воздействием факторов риска, большинство которых возможно устранить, поэтому рак полости рта можно рассматривать как **предотвратимое заболевание**



## Факторы риска развития рака полости рта

- Вредные привычки: 75 % всех злокачественных опухолей слизистой оболочки полости рта связаны с употреблением алкоголя и табака, в том числе бездымного и жевательного
- Несвоевременное лечение фоновых патологий и воспалительных процессов, таких как лейкоплакия, эритроплакия, хронические язвы и трещины губ, хейлиты, пародонтит
- Хроническая травматизация слизистой оболочки полости рта от острых краев зубов или пломб, неправильно подобранных зубных протезов или имплантов, а также из-за поведенческих привычек, например, прикусывания слизистой оболочки
- Инфицирование вирусом папилломы человека
- Пищевые привычки: употребление слишком горячей и пряной пищи
- Недостаток микронутриентов, особенно витамина А, например, вследствие недостаточного потребления фруктов и овощей

## Симптомы рака полости рта

Слизистую оболочку полости рта можно **осмотреть самостоятельно**. Это позволяет выявить рак на ранних стадиях без дополнительной диагностики.

Чаще всего рак слизистой оболочки полости рта проявляется **в виде безболезненной длительно незаживающей язвы, трещины или уплотнения**.

Если какое-либо образование в полости рта не проходит в течение двух недель после того, как устранили местные причины раздражения, **нужно проконсультироваться с врачом**.

Кроме того, симптомами могут быть:

- безболезненные узелки, уплотнения, грибовидные или бляшкообразные наросты на слизистой оболочке с четкими границами;
- наличие вокруг язвы опухолевого валика или инфильтрата без четких границ;
- дискомфорт при приеме пищи в виде жжения или покалывания;
- постоянная боль в горле, боль при глотании, не связанная с простудой, которая может иметь разную интенсивность, отдавать в ухо и височную область;
- нарушение подвижности языка и связанное с этим изменение речи;
- проблемы с глотанием, поперхивание;
- неприятный запах изо рта;
- необъяснимые кровотечения из языка вне травм и прикусывания;
- не проходящее красное, розовато-красное или белое пятно, которое может при контакте, например при чистке зубов, кровоточить.

## Профилактика рака полости рта

- Регулярный самоосмотр ротовой полости. При обнаружении незаживающей язвы или уплотнения на слизистой оболочке — незамедлительно обратиться к врачу
- Соблюдение гигиены полости рта для профилактики развития хронических воспалительных процессов
- Ведение здорового образа жизни. В первую очередь, отказ от вредных привычек — употребления алкоголя и табака, в том числе бездымного и жевательного, и полноценное питание
- Регулярное посещение стоматолога с профилактической целью и для своевременного лечения воспалительных и предраковых заболеваний, устранения причин, травмирующих слизистую оболочку



**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**



Больше информации  
на портале о здоровом  
образе жизни «ТАК ЗДОРОВО»  
Официальный ресурс  
Министерства здравоохранения  
Российской Федерации



Центр общественного здоровья  
и медицинской профилактики  
КОГБУЗ «МИАЦ, ЦОЗМП»  
г. Киров, ул. Герцена, д. 49  
телефон: (8332) 38-90-17  
e-mail: medprof43@mail.ru  
www.prof.medkirov.ru



2024 год



Центр общественного здоровья  
и медицинской профилактики  
КОГБУЗ «МИАЦ, ЦОЗМП»

## Рак полости рта и его профилактика

