

Kanser Mulut

Kanser mulut merupakan ketumbuhan tisu yang tidak normal di kawasan mulut. Anda mungkin berisiko tinggi kepada kanser mulut sekiranya anda mengamalkan tabiat berikut:

- ✗ Merokok, mengunyah tembakau atau mengamalkan songel tembakau
- ✗ Mengunyah sireh yang ditambah dengan pinang atau tembakau
- ✗ Minum alkohol yang berlebihan
- ✗ Terdedah pada sinaran matahari secara berlebihan

Tahukah Anda....?

Pada peringkat awal, penyakit ini biasanya tidak mempunyai tanda ketara. Pengesanan dan rawatan awal kanser mulut dapat mengurangkan padah penyakit ini dan meningkatkan kualiti hidup.

Perubahan pada tisu mulut boleh dikesan melalui pemeriksaan mulut sendiri.

Apakah Yang Anda Boleh Lakukan?

Periksa mulut sendiri secara berkala dan awasi tanda-tanda seperti berikut :

- Ulser dalam mulut yang tidak sembuh dalam masa 2 minggu
- Tompok-tompok putih (leukoplakia) atau merah (erythroplakia)
- Bengkak, benjolan atau ketumbuhan

Anda juga mungkin mengalami kesukaran membuka mulut, mengunyah dan menelan, sakit telinga, nafas berbau dan rasa kebas pada lidah atau dalam mulut.

Segera dapatkan pemeriksaan doktor pergigian sekiranya anda meragui sebarang kelainan di kawasan mulut.



Bahagian Kesihatan Pergigian
Kementerian Kesihatan Malaysia
MOH/ K/ GIG / 2.2008(PT)

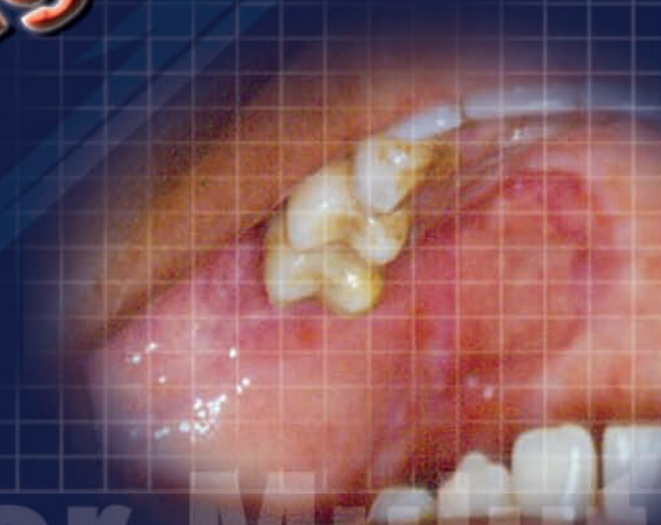


PENGESANAN AWAL KANSER MULUT

Melalui Pemeriksaan Mulut
Sendiri

Pilihan
di Tangan Anda

Kanser Mulut



6 Langkah Mudah Untuk Pemeriksaan Mulut Sendiri



LANGKAH 1

Berdiri di hadapan cermin di bawah cahaya yang terang. Tanggalkan gigi palsu, sekiranya ada.

Periksa muka dan leher anda untuk mengesan tanda bengkak, luka atau perubahan warna. Tekan bahagian leher untuk mengesan tanda sakit atau benjolan.



LANGKAH 4

Dongak kepala, buka mulut dan periksa bahagian lelangit. Perhatikan sebarang perubahan atau benjolan.

LANGKAH 2

Periksa bibir anda dengan teliti untuk mengesan sebarang perubahan warna, tekstur dan kelainan permukaan tisu.

Tarik bibir atas dan periksa untuk mengesan ulser atau perubahan warna.

Ulangi untuk bibir bawah.



LANGKAH 5

Letakkan hujung lidah di lelangit. Periksa lantai mulut dan bahagian bawah lidah.



LANGKAH 3

Tarik pipi kanan dan periksa bahagian dalam pipi dengan menyeluruh.

Dengan menggunakan jari telunjuk di bahagian dalam pipi dan ibu jari di luar pipi, picit perlahan-lahan untuk mengesan sebarang kelainan.

Ulangi untuk pipi kiri.



LANGKAH 6

Keluarkan lidah dan perhatikan sebarang perubahan warna dan tekstur di bahagian lidah.

Periksa dan picit bahagian tepi kanan, tepi kiri dan hujung lidah untuk mengesan sebarang benjolan.

