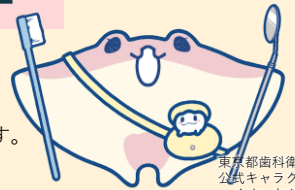




自分でできる！

# 口腔がん早期発見 チェックシート

口腔がんは、ほかのがんと違い、  
自分の目で見て、手で触れてチェックできるがんです。  
また早期に発見すれば、比較的に治りやすいがんとも言われています。  
歯磨きの時など、口の中を確認する習慣を身につけましょう！



東京都歯科衛生士会  
公式キャラクター  
エイせいさん

## セルフチェック項目

口  
中の  
様子



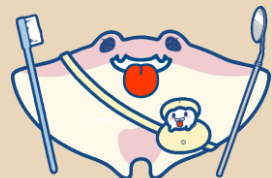
- 白いきもものがある
- 赤色の傷やただれがある
- 触ると硬いしこりがある
- 口内炎が2週間以上治らない
- できた傷がなかなか治らない

口  
の  
感覚



- 歯が浮いたような違和感がある
- 舌を動かしにくくなってきた
- 口が開けづらくなった
- 舌や唇の感覚が鈍くなった
- 舌や唇がしびれる

大きな鏡の前で、  
お口の中に十分に光をあててみましょう。  
**赤くなった、白くなった、硬くなった**  
というところは要注意！



早々に**口腔内健診**をしてください！

詳しくは、  
一般社団法人 口腔がん撲滅委員会へ！

