

Was ist Mundkrebs?

Dieser Begriff bezeichnet eine Vielzahl unterschiedlicher, bösartiger Tumore, die sich im Mund (in der Mundhöhle) entwickeln. Die Mouth Cancer Foundation fördert das öffentliche Bewusstsein für alle Kopf- und Halskrebsarten, d. H. Rachen (Pharynx), Kehlkopf (Larynx), Speicheldrüsen, Nase, Nebenhöhlen, Lippen und Haut.

Fakten zu Mundkrebs

Alle 3 STUNDEN stirbt 1 Person an Mundkrebs	Jedes Jahr über 8300 neue Fälle in Großbritannien
Jedes Jahr 2700+ Todesfälle aufgrund von Mundkrebs	Weltweit sind 650,000 pro Jahr von Mundkrebs betroffen
Mundkrebs kommt bei Männern DOPPELT so häufig vor	78% der Fälle treten in der Altersgruppe Über 55 auf

Früh erkannt stehen die Chancen auf komplette Heilung sehr gut!

Symptome

- ✓ Ein Geschwür, oder ein weisser oder roter Fleck an beliebiger Stelle im Mund, welches/r nicht innerhalb von 3 Wochen abheilt.
- ✓ Ein Knötchen oder eine Schwellung an beliebiger Stelle im Mund, an Kiefer oder Hals, welche/r länger als 3 Wochen anhält.
- ✓ Schwierigkeiten beim Schlucken, Kauen oder bei Kiefer- und Zungenbewegungen.
- ✓ Taubheit der Zunge oder eines anderen Bereichs im Mund.
- ✓ Das Gefühl, dass etwas im Hals steckt.
- ✓ Chronische Halsschmerzen oder Heiserkeit über mehr als 6 Wochen.
- ✓ Unerklärliches Lockerwerden der Zähne.

Risikofaktoren

- ✓ Tabakkonsum ist die Hauptursache für Mundkrebs.
- ✓ Übermäßiges Trinken von Alkohol kann das Risiko vervierfachen.
- ✓ Wer Alkohol trinkt und raucht, hat eine 30-mal höhere Wahrscheinlichkeit, Mundkrebs zu entwickeln.
- ✓ Schlechte Ernährung und soziale Benachteiligung sind mit einem Drittel aller Krebsfälle verbunden.
- ✓ Das durch Oralsex übertragene humane Papillomvirus (HPV) könnte innerhalb des nächsten Jahrzehnts Tabak und Alkohol als Hauptrisikofaktor überholen.
- ✓ Sonneneinstrahlung begünstigt Hautkrebs an den Lippen und im Gesicht.

Für Spenden oder **KOSTENLOSE** Informationen besuchen Sie www.mouthcancerfoundation.org

Telefonische Beratung: 01924 950 950 • Hauptverwaltung +44 (0) 208 940 5680
Alternativ können Sie eine E-Mail an info@mouthcancerfoundation.org senden



SCANNEN,
UM UNSER
YOUTUBE-VIDEO
ANZUSEHEN

**MACHEN SIE MIT BEI UNSEREM
LAUF FÜR MUNDKREBS**



Die Mouth Cancer Foundation ist eine eingetragene gemeinnützige Organisation (Nr. 1109298), die sich der Rettung und Verbesserung der Leben von Kopf- und Halskrebs Betroffenen widmet. Richtige Unterstützung kann eine entscheidende Rolle bei der Erfüllung der psychologischen Bedürfnisse von Patienten spielen. Die Organisation bietet Patienten, Betreuern, Überlebenden und Fachleuten kostenlose Informationen und Ressourcen.

Mundkrebs Selbstcheck



Kontrollierst du dich einmal im Monat auf Mundkrebs?



www.mouthcancerfoundation.org

Der 2-Minuten-Selbstcheck, der dein Leben retten könnte!

Kontrolliere dich einmal im Monat mit dem untenstehenden, zweiminütigen Selbstcheck-Leitfaden! Alles, was du brauchst, sind ein Spiegel, eine gute Lichtquelle und saubere Finger!



Folge der Schritt-für-Schritt-Anleitung. Achte bei jedem Schritt auf ungewöhnliche Dinge, insbesondere auf Knötchen, rote oder weiße Flecken, Farb- oder Texturveränderungen oder auf anhaltende Geschwüre. Wenn du dir Sorgen machst, bitte einen Freund, nachzuschauen!

01 Gesicht

Schau dir das ganze Gesicht an - gibt es Schwellungen, die du noch nicht bemerkt hattest? Untersuche deine Haut - hat sich in letzter Zeit irgendetwas verändert? Sind Muttermale größer geworden, oder haben sie angefangen zu jucken oder zu bluten. Drehe deinen Kopf von einer Seite zur anderen - das spannt die Haut über die Muskeln und macht Knötchen leichter zu erkennen.

03 Lippen

Benutze deinen Zeigefinger, Mittelfinger und Daumen, um im Innern des Mundes nachzufühlen. Zieh die Oberlippe nach oben und die Unterlippe nach unten. Such die Innenseite nach Wunden oder Farbveränderungen ab.



04 Zahnfleisch

Benutze deinen Daumen und Zeigefinger. Taste das Zahnfleisch ab. Fällt dir etwas Ungewöhnliches auf?

05 Backen

Öffne deinen Mund und zieh nacheinander beide Backen zur Seite. Such nach roten oder weißen Flecken. Fühlt sich auf den beiden Seiten alles gleich an? Benutze deinen Finger, um die Innenseite der Wange nach Geschwüren, Knötchen oder empfindlichen Stellen abzutasten. Mach das Gleiche auf der anderen Seite. Die Zunge kann dabei helfen, wunde Stellen, Geschwüre oder raue Stellen zu finden.



06 Zunge

Zieh vorsichtig deine Zunge heraus und schau dir zuerst die eine, dann die andere Seite an. Achte auf Schwellungen, Geschwüre oder Farbveränderungen. Strecke die Zungenspitze zum Gaumen hoch, um die Unterseite der Zunge zu untersuchen.



07 Mundboden und Gaumen

Neige den Kopf nach hinten und mach den Mund weit auf, um den Gaumen zu inspizieren. Sieh nach, ob es Farbänderungen gibt oder ob Geschwüre aufgetaucht sind. Überprüfe mit deinem Finger, ob manche Stellen eine veränderte Textur haben. Hebe deine Zunge und schau den Mundboden an. Such nach ungewöhnlichen Farbänderungen. Gib einen leichten Fingerdruck auf den Mundboden unter der Zunge und achte auf Knötchen, Schwellungen oder Geschwüre.



02 Hals

Fahre mit den Fingern unten am Kiefer entlang und fühle mit den Fingerknöcheln entlang des großen Muskels auf beiden Halsseiten. Gibt es Schwellungen? Fühlt sich auf den beiden Seiten alles gleich an?