

# Что такое рак полости рта?

Это злокачественное новообразование, поражающее губы (полостью рта). Британский фонд борьбы с раком полости рта (The Mouth Cancer Foundation) распространяет информацию обо всех видах рака головы и шеи, т.е. о раке горла, гортани, слюнных желез, носа, пазух носа, губы и кожи.

## Факты о Раке Рта

1 человек каждые 3 часа умирает от рака ротовой полости	Ежегодно в Великобритании появляется более 8300 новых случаев заболевания
Ежегодно от рака полости рта умирает более 2700 человек	Во всем мире рак полости рта поражает 650 000 человек в год
Мужчины болеют раком полости рта в два раза чаще	78% случаев возникают в возрастной группе старше 55 лет

**При раннем обнаружении шансы на полное выздоровление очень высоки!**

## СИМПТОМЫ

- ✓ Язва или белое или красное пятно в любом месте рта, которое не заживает в течение 3-х недель.
- ✓ Опухоль в любом месте рта, челюсти или шеи, которая у вас находится там более 3-х недель.
- ✓ Трудность при глотании, жевании или движении челюсти или языка.
- ✓ Онемение языка или другой области рта.
- ✓ Чувство, что что-то застряло в горле.
- ✓ Хроническая боль в горле или хрипота в голосе, которая длится более 6-и недель.
- ✓ Необъяснимое расшатывание зубов.

## ФАКТОРЫ РИСКА

- ✓ Курение является основной причиной рака полости рта.
- ✓ Злоупотребление алкоголем может увеличить риск в четыре раза.
- ✓ Совместное употребление алкоголя и курение могут сделать человека в 30 раз более склонным к развитию рака полости рта.
- ✓ Плохое питание и социальные лишения связаны с третью часть всех случаев заболевания раком.
- ✓ Вирус папилломы человека (ВПЧ), передающийся через оральный секс, может обогнать табак и алкоголь в качестве основного фактора риска в течение следующего десятилетия.
- ✓ Воздействие солнца является причиной рака кожи, который может повлиять на губы и лицо.

Чтобы сделать денежное пожертвование или получить бесплатную информацию, посетите сайт

[www.mouthcancerfoundation.org](http://www.mouthcancerfoundation.org)

Консультационная линия: 01924 950 950 • Главный офис: +44 (0) 208 940 5680  
В качестве альтернативы вы можете отправить сообщение по электронной почте [info@mouthcancerfoundation.org](mailto:info@mouthcancerfoundation.org)



СКАНИРОВАЙТЕ, ЧТОБЫ ПОСМОТРЕТЬ НАШЕ ВИДЕО НА YOUTUBE



Фонд борьбы с раком полости рта (The Mouth Cancer Foundation) – это зарегистрированная благотворительная организация (№ 1109298 в Великобритании), деятельность которой направлена на спасение и улучшение жизни всех, кто страдает от рака головы и шеи. Поддержка играет ключевую роль в удовлетворении психологических потребностей пациентов. Эта благотворительная организация предоставляет бесплатную информацию и ресурсы пациентам, специалистам и лицам, пережившим раковые заболевания.

РАК РТА

# Проверьте сами



Вы проверяете себя на наличие рака рта раз в месяц?



Mouth Cancer FOUNDATION

Awareness and Support

[www.mouthcancerfoundation.org](http://www.mouthcancerfoundation.org)

# Сделайте за 2 минуты самоанализ, который может спасти вам жизнь!

Проверяйте себя раз в месяц с помощью нашей 2-минутной самопроверки. Вам нужно лишь зеркало, хороший источник света и чистые пальцы.

Следуйте пошаговым инструкциям. На каждом шагу ищите что-нибудь необычное, особенно любые опухоли, красные или белые пятна, изменения цвета/текстуры или язвы. Если вас что-то беспокоит, обратитесь к вашему стоматологу или врачу

## 01 Лицо

Посмотрите на все лицо - есть ли какие-нибудь отёки, которые вы раньше не замечали? **Посмотрите на свою кожу** - что-нибудь изменилось в последнее время? Родинки стали крупнее или начали чесаться или кровоточить. **Поверните голову из стороны в сторону** - это растягивает кожу по мышцам, делая опухоли более заметными.

## 03 Губы

Используйте указательный палец, средний палец и большой палец, чтобы почувствовать внутреннюю полость рта. Потяните верхнюю губу вверх и нижнюю губу вниз. Загляните внутрь на наличие язв или изменения цвета.

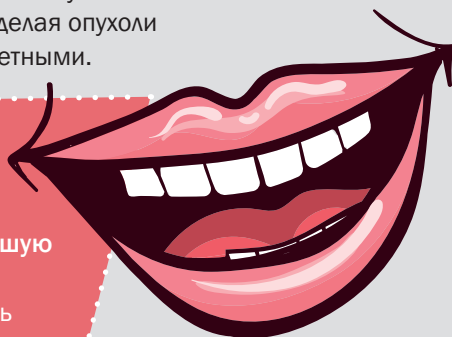


## 04 Десны

Используйте большой и указательный палец. Проверьте свою десну, чувствуя вокруг неё на наличие чего-то необычного.

## 05 Щеки

Откройте рот и раздвиньте щеки пальцем, одной стороне за другой. Проверьте на наличие красных или белых пятен. Все ли чувствуется одинаково с обеих сторон? **С помощью пальца проверьте, нет ли язв, шишек или нежности в щеке. Повторите с другой стороны.** Язык может быть полезен для обнаружения болезненных участков, язв или неровностей.



## 06 Язык

Аккуратно вытяните язык и посмотрите сначала на одну сторону, а затем на другую. Ищите любые отеки, язвы или изменения цвета. Осмотрите нижнюю часть языка, подняв кончик языка на крышу рта.



## 07 Пол и крыша рта

Наклоните голову назад и широко откройте рот, чтобы осмотреть крышу рта. Посмотрите, есть ли изменения в цвете или язвы. Проверьте пальцем, есть ли изменения в текстуре. **Поднимите язык вверх и посмотрите на дно рта.** Ищите необычные изменения цвета. Аккуратно прижимайте палец вдоль дна рта и под языком. Следите за любыми шишками, опуханиями и язвами.



## 02 Шея

Проведите пальцами под челюстью и прочувствуйте большую мышцу по обе стороны шеи, используя кончики пальцев. Есть ли какие-нибудь отёки? Все ли кажется одинаковым с обеих сторон?