

菸檳防制 4 月份衛教宣導/檳榔篇



檳友報你知 榔害你得**癌**

檳榔的誘惑，花錢又傷身



牙黑口臭

吃檳榔會造成牙齒染色、牙周病



張口困難

口腔硬化失去彈性，嚴重者只能吃流質食物



口腔癌

檳榔子(菁仔)本身即是第一類致癌物
每10個口腔癌患者，有9個有吃檳榔的習慣

一起來戒檳，健康陪家人

免費戒檳

- 堅定拒絕，遠離誘惑
- 嘗試替代品(口香糖、蒟蒻條、芒果乾)
- 全國醫療院所皆有免費戒檳課程(共四小時)
- 請洽戒檳專線02-2809-9595或國健署網站



自我檢查

- 張大口、翻臉頰、吐舌頭、摸牙肉
- 黏膜顏色改變、兩週以上潰瘍、不明腫塊、舌麻等異常狀況，應就醫檢查

定期篩檢

- 30歲以上嚼檳榔(含已戒)或吸菸民眾、18歲以上嚼檳榔(含已戒)原住民
- 政府補助2年1次口腔黏膜檢查
- 請帶健保卡(原住民請多備戶口名簿)至健保特約牙科或耳鼻喉科

國軍菸害暨檳榔防制服務中心

免付費電話：**0800-580791**

