



## 医生执笔

林水明 / 文  
新加坡国立大学癌症中心  
头颈肿瘤外科高级顾问医生  
林琬绯 / 译

舌癌是世界第十大常见癌症。在新加坡，这是最常见的头颈癌肿瘤之一。舌癌最为普遍的组织学类型则是鳞状细胞癌 (squamous cell cancer)，癌症原发点是鳞状上皮细胞 (squamous epithelium)，或舌前端三分之二部分。单在新加坡国立大学癌症中心，2011年至2015年间确诊的鳞状细胞癌新病例就有大约90起。

### 迹象与症状

舌癌的迹象与症状如下：

- 舌缘、舌尖、舌背与舌腹出现红斑或白斑似的溃疡或肿块，长时间不愈；
- 舌持续疼痛或麻痹；
- 耳部无故疼痛；
- 舌部无故出血；
- 进食时感觉疼痛或吃力。

如果上述所提症状两周内还不消失，最好是尽快求医。

### 哪些人有舌癌风险？

吸烟、嚼烟、严重酗酒，是舌癌普遍的风险因素。在印度和台湾等地，民间有嚼槟榔习惯，患上舌癌的风险也因此更高。人类乳头瘤病毒 (Human



(iStock图片)

# 为何会得舌癌

舌癌是世界第十大常见癌症。在新加坡，这是最常见的头颈癌肿瘤之一。要减少舌癌风险，关键在于少喝酒、少吸烟。维持口腔卫生也很重要。

papillomavirus，简称HPV) 可以通过性交传播，也可能有患上舌类癌的风险 (口咽或舌根后端三分之一部分)。医学界至今仍未证实人类乳头瘤病毒与舌癌之间有任何密切的关联，可见这方面的研究工作仍有待加强。

典型舌癌患者多为40岁以上的中年男性烟客。但也有少部分患者在全无风险因素的情况下患上舌癌，这是让临床医生费解的现象。我也发现确诊患上舌癌的女性患者正在逐渐增加，而这些女性患者一般也未带传统的风险因素如吸烟或酗酒等等。

### 如何预防舌癌？

要减少舌癌风险，关键在于少喝酒、少吸烟。维持口腔卫生也很重要，而且要定期看牙医。除此之外，舌部或口腔如出现任何长时间不愈的白斑，须向耳鼻喉专科求诊，以排除舌癌。

### 有哪些治疗法？

舌癌的主要治疗法是手术，手术的程度就得视癌症所处位置和病情阶段而定。局部区域晚期舌癌病例在手术之外还须进行额外的术后辅助性放射治疗或化疗，以便更好地控制癌细胞，加强存活率。

确定性治疗完成后，须得为

口腔功能复建，例如吞咽和语言治疗。复健疗程进行得当的话，患者终能恢复口腔进食和良好的语言能力。

关于舌癌的某些误区：如使用漱口水会不会导致舌癌等口腔癌？没有迹象显示经常使用漱口水会增加患上舌癌的风险。漱口液的功效是为了维持口腔卫生，只是，经常使用含酒精的漱口水确实会使口腔菌丛产生变化，也使口腔因酒精而变得“干燥”。口腔菌丛改变所造成的影响至今还不清楚。但我们应该都知道的是：饭后用清水漱口有助于洁净口腔，而长期经常使用带药性的漱口水，则应避免。