

嚼檳榔壞處多 莫因小惡而為之

日前新聞才大幅報導「劇組為了宣傳劇情，在人來人往的台北車站擺設檳榔攤，並號召民眾拍照打卡」而惹議，隔天國立圖書館又宣傳於近期將在館內辦理「紅唇與黑齒：檳榔文化特展」，除認識檳榔文化史之外，現場竟要提供體驗吃檳榔活動！此外，南部甚至出現檳榔販賣業者為了節省成本，改以販賣機的方式取代人力進行販售。商人行為及對檳榔一知半解人士的這些作法，其實是嚴重地傷害了國人健康，著實讓人捏把冷汗！

抽菸、嚼食檳榔、過量飲酒已被證實容易導致罹患口腔癌，研究亦指出，檳榔更是國人罹患口腔癌主因，加上日前衛生福利部國民健康署公布的最新癌症統計數據中，癌症時鐘加速一點六倍，平均每五分鐘廿六秒台灣就有一人被診斷為罹患癌症，其中口腔癌人數更是颯破記錄，每年新增七千多例！

總有因長年嚼檳榔而罹患口腔癌的病人，常最後向我抱怨：「韓醫師，您怎麼不更早點向大家提醒嚼檳榔有害？」這種悲劇，每年一直重複地在醫院上演。過去以來民間單位與政府部門一直透過各項公、私管道，除深入學校、社區、軍隊、職場等不同場域辦理相關宣導外，更藉由口腔癌病友現身說法，期望能有效勸導民眾拒菸、檳、酒，以遠離口腔癌禍害，然而這些作法似乎還是無法有效提升民眾對於「即便不加任何添加物，檳榔子（果實本身）即是致癌物」的正確認知。

其實大家都知道嚼檳榔不好，但常常以工作需要為藉口及認為倒楣的一定不是自己，而忽略了這個如影隨形的高度風險。本人常年全國走透透，除了協助各縣市政府衛生單位進行口腔癌篩檢的實務和教學，更幫忙培育戒檳衛教人員。篩檢時，也常有張著血盆大口的民眾，一邊吃檳榔，一邊讓我檢查。通常我會花時間勸他們不要再吃，雖然這些作為都有如杯水車薪，但只要大家有心，愚公還是可以移山的！

雖然主辦單位強調並非鼓勵民眾嚼食檳榔，但卻沒有辦法真的避免民眾，特別是青少年，因好奇心或同儕驅使而嘗試檳榔。名人代言本身就存在著一種鼓勵性質，這個社會常充斥著似是而非的模糊觀念，在此提醒大家切莫因小惡而為之，因而賠上了國人同胞的健康，致使每年六千個家庭就因檳榔而破碎、無端受苦！

韓良俊 / 台大名譽教授、台大醫院口腔顎面外科醫師

資料來源：國建署網站