

戒檳榔～～省錢又健康

最近幾個月，洪先生一直很煩惱，口內潰瘍用了許多藥膏卻一直無法癒合，又因為疼痛造成飲食困難，他擔心卻又有些駝鳥心態，一直拖著不願就醫。經過張太太不斷勸說「早發現，早治療」，終於願意去看醫師，最終證實為「初期白齒後口腔癌」。

由於發現時間較早，癌細胞並未轉移，且手術過程相當順利，洪先生慶幸自己有聽老婆大人的話，早早地接受手術，不但臉上沒有像朋友一樣的疤痕，連發音與吞嚥的功能也沒有受到影響。



洪先生表示，年輕時因工作常感精神不濟，朋友介紹提神物品—檳榔；說實話，檳榔味道不好，但嚼後不僅精神亢奮，天冷還可以禦寒；但是隨著時間流逝，檳榔的提神卻越來越差，於是從偶爾嚼變成常常嚼，最後變成隨時隨地都要嚼，一起床就得嚼個幾粒不然就會完成沒有精神。洪先生回憶，只要一天沒嚼

檳榔，就會感到焦慮、沮喪、心神不寧、易怒、注意力無法集中的情況。

經過醫師手術切除，洪先生術後恢復情況良好，醫師告誡他，嚼檳榔得到口腔癌的風險雖較一般人提高 28 倍，但如果完全戒除，數年後罹癌風險就會降到與一般人相同，如果沒辦法完成戒除，建議至少減少一半，以降低罹癌機率；另外，如果能同時戒菸、酒的話，更能大幅減少癌症可能，洪先生當下就決定戒除檳榔。

洪先生想將重獲的新生命做更有意義的事，不僅成為戒檳志工，有空赴醫院幫忙口腔



篩檢活動，只要看到有人嚼檳榔，就會以自身經驗勸人戒除，並大聲疾呼「戒檳榔～省錢又健康」，請大家為自身健康，一起戒除嚼檳惡習。



國軍菸害暨檳榔防制服務中心
免付費專線
0800-580-791 (我幫您去戒菸)