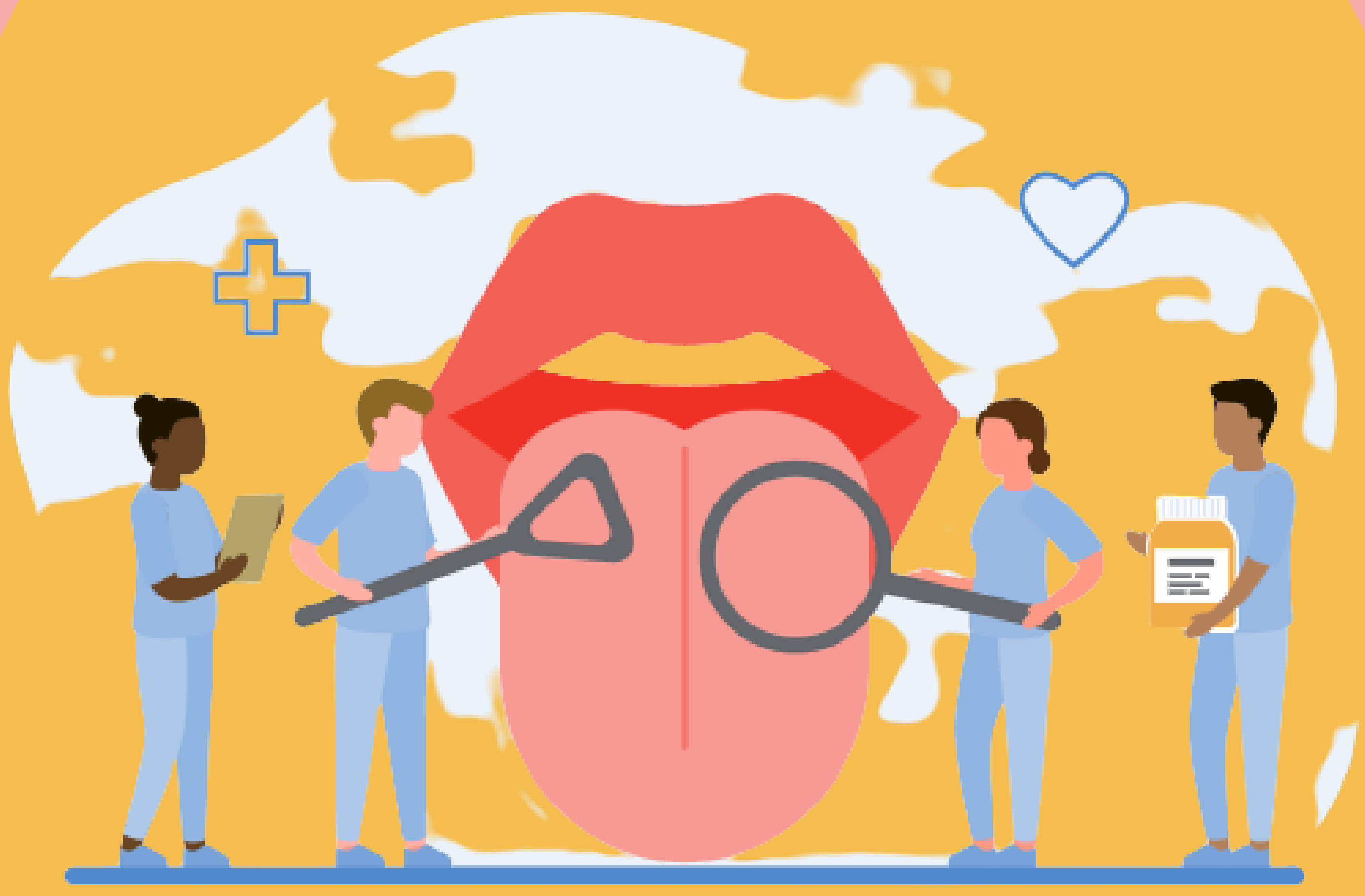
Manav Mandir ni Seva
મૂળ દીવાથી પ્રગટો દીપકમાળ
Amba Health Centre & Hospital

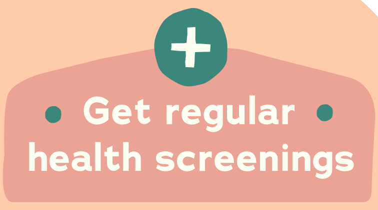


મોઢાનું કેન્સર

મોઢાના કેન્સર વિષેની અમુક માહિતી જે તમને ખબર નહીં હોય

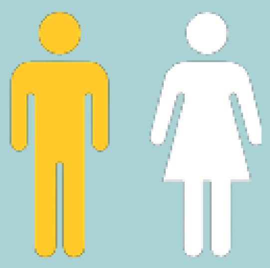
1.

મોઢાના કેન્સરથી દર કલાકે આશરે **૧ વ્યક્તિ** મૃત્યુ પામે છે



2.

મોઢાના કેન્સરથી મૃત્યુ થવાની શક્યતા, સ્તન કે ગર્ભાશયના કેન્સરથી પણ વધુ છે



3.

સ્ત્રીઓ કરતા પુરુષોમાં મોઢાનું કેન્સર **બમણા** પ્રમાણમાં જોવા મળે છે

4.

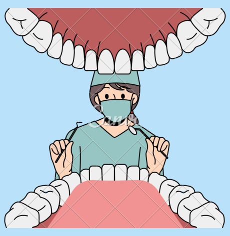
જેમને મોઢાનું કેન્સર હોય, તેમને બીજા કોઈ કેન્સર થવાની શક્યતા **૨૦ ગણી** હોય છે

5.

HPV ઇન્ફેક્શનના કારણે, જુવાન લોકો, જે કોઈ પણ વ્યસન નથી કરતા, એવા લોકોમાં પણ મોઢાના કેન્સર હવે જોવા મળે છે

6.

આ રોગ વહેલા પકડાતા, બચવાની શક્યતા **બમણી** થઇ શકે છે



7.

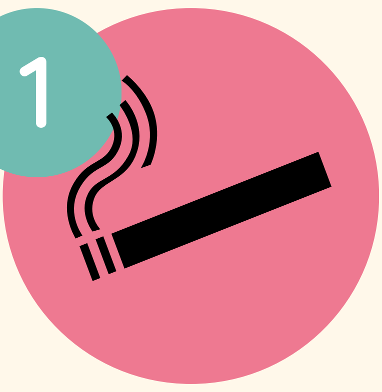
ધુમ્રપાન કરનારા અને દારૂ પીનારા લોકોમાં, મોઢાના કેન્સર થવાની શક્યતા **૧૫ ગણી** વધી જાય છે

8.

ચેક ન કરાવવાના કારણે, ઘણા ખરા લોકોમાં મોઢાનું કેન્સર વહેલું પકડાતું નથી

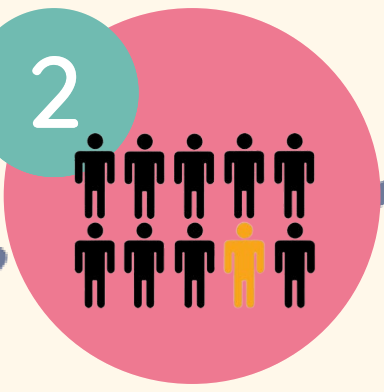
મોઢાના કેન્સરના કારણો

1



બીડી - સિગરેટ પીવી

2

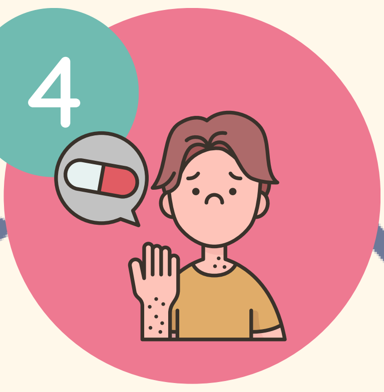


પહેલા કોઈ
કેન્સર હોવો

3

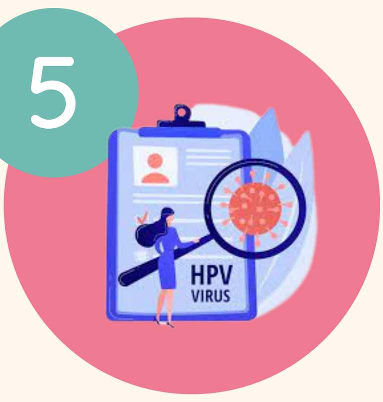
તમાકુનું સેવન

4



રોગ પ્રતિકારક શક્તિ
નબળી થવી

5



HPV ઇન્ફેક્શન

6

પરિવારમાં બીજા કોઈને
કેન્સર હોવો

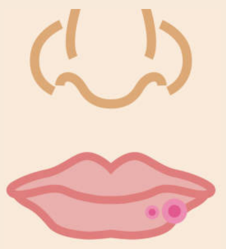
7

ચહેરા પર લાંબા સમય સુધી
સૂર્યના કિરણો પડવા

WARNING

મોઢાના કેન્સરના લક્ષણો

1



હોઠ પર પડેલ ચાંદો, જે ત્રણ અઠવાડિયા કે એથી વધારે સમય સુધી રુજાય નહીં

2

મોઢાની અંદર ગાંઠ થવી

3

મોઢામાંથી લોહી નીકળ્યા કરવું

4

દાંત ઢીલા પડી જવા

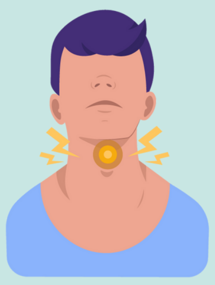
5

ગળવામાં દુખાવો થવો કે તકલીફ પડવી

6

ચોકઠો પહેરવામાં તકલીફ પડવી

7



ગળામાં ગાંઠ લાગવી

8

લાંબા સમય સુધીનો કાનનો દુખાવો

9

વજન ખુબ ઘટી જવું

10

મોઢામાં કે હોઠ પર સફેદ કે લાલ ચાઠા

11

જડબાનો દુખાવો કે જડબો જકડાઈ જવો

12

જીભમાં દુખાવો

13

હોઠ, ગળા કે ચહેરાના કોઈ પણ ભાગમાં ખાલી ચઢી જવી

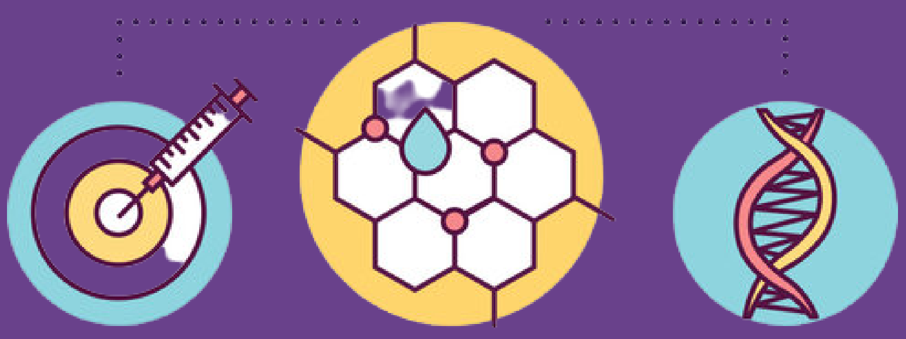
મોઢાના કેન્સરના ઉપચાર

#1 સર્જરી

#2 રેડીયેશન થેરેપી

#3 કેમોથેરેપી

#4 ટાર્ગેટેડ થેરેપી



પ્રિવેન્શન

શું કરવું	શું ન કરવું
ડેન્ટીસ્ટને નિયમિત મળો અને જાતે પણ સમયાંતરે મોઢામાં ચેક કર્યા કરો	ધુમ્રપાન બંધ કરો અને તમાકુનું સેવન છોડો
HPV ઇન્ફેક્શન સામે વેક્સીન લઇ લ્યો	દારૂનું સેવન બંધ કરો
મોઢામાં ચોખ્ખાઈ રાખો નિયમિત બ્રશ કરો, ફ્લોસ કરો અને માઉથવોશનો ઉપયોગ કરો	વધુ સમય સુધી તડકામાં જવાનું ટાળો જો જવું જ પડે તો સનસ્ક્રીનનો ઉપયોગ કરો
પૌષ્ટિક આહાર લ્યો	

સતર્ક રહો

અને આ લક્ષણો મોઢામાં દેખાય છે કે નહીં એ

ચેક કરો

મોઢું

મોઢામાં આંગળી ફેરવી અને ચેક કરો કે તમને કોઈ ગાંઠ કે સોજો લાગે છે

ગળું

ગળાની બંને બાજુએ કોઈ ગાંઠ છે કે નહીં એ માટે દબાવીને ચેક કરો

ચહેરો

શું ચહેરો બંને બાજુએ સરખો દેખાય છે? કોઈ એક બાજુએ કોઈ ગાંઠ નથી ને, એ ચેક કરો

હોઠ

નીચેના હોઠને ખેંચી ચાંદો કે રંગમાં ફેરફાર માટે ચેક કરો. ત્યાર બાદ અંગુઠા અને પહેલી આંગળી વડે દબાવી ચેક કરો

ગાલ

ગાલમાં લાલ, સફેદ કે અન્ય કોઈ રંગના ચાઠા માટે ચેક કરો. ત્યાર બાદ અંગુઠા અને પહેલી આંગળી વડે દબાવી ચેક કરો

જીભ

જીભની સપાટી, છેડા કે નીચેની બાજુમાં કોઈ ગાંઠ કે રંગમાં ફેરફાર માટે ચેક કરો

જો આમાંથી કોઈપણ લક્ષણ દેખાય, તો આજેજ તમારા

ડેન્ટીસ્ટને સંપર્ક કરો