



Vasaris Lietuvoje tradiciškai skelbiamas Burnos vėžio prevencijos mėnesiu. Pagrindinis tikslas – skatinti žmones kuo daugiau žinoti apie burnos vėžį, reguliariai tikrintis, anksti kreiptis pagalbos, nes, tik laiku aptikus ligą, žmogus gali pasveikti.

Burnos vėžys - tai piktybinis bet kurios burnos vietos susirgimas. Jis gali išsivystyti ant lūpų, dantenu, liežuvio, vidinio žandų paviršiaus, gomurio, burnos dugno ar seilių liaukose.

Šis vėžys yra sunkiai atpažįstamas. Lietuvoje nustatoma apie 75–80 proc. užleistų (trečios, ketvirtos stadijos) burnos vėžio atvejų. Tai nėra geras rezultatas, nes žmonės kreipiasi labai vėlai, neateina gydytis laiku. Užleistų stadijų burnos vėžio gydymas labai sudėtingas tiek gydytojams, tiek pačiam žmogui. Burnos vėžiu dažniau serga vyrai nei moterys, o vyresni nei 40 metų žmonės patenka į padidintos rizikos grupę.

## Simptomai, į kuriuos rekomenduojame atkreipti dėmesį

- Ilgai negyjanti opa ar žaizdelė burnoje ar ant lūpos. Jeigu opelė neužgyja per 3 savaites, būtina pasikonsultuoti su šeimos gydytoju ar odontologu;
- Skausminga, patinusi ar kraujuojanti raudonos ar baltos spalvos dėmelė ant dantenu, liežuvio, tonzilių ar burnos gleivinės;
- Gumbelis ant lūpos, burnoje, kakle ar gerklėje, standus darinys žando gleivinėje;
- Nuolatinis gerklės perštėjimas ar jausmas, tarsi kažkas įstrigo gerklėje;
- Užkimęs ar pakitęs balsas, kartais trinkanti kalba;
- Burnos ar liežuvio tirpimas;
- Burnos skausmas, kraujavimas iš burnos gleivinės ar dantenu;
- Pasunkėjęs kramtymas, rijimas, sutrikę liežuvio ir apatinio žandikaulio judesiai;
- Ausies ir (ar) žandikaulio skausmas;
- Nemalonus burnos kvapas. Sergant vėžiu nemalonus burnos kvapas gali paaštrėti, simptomas kartotis vis dažniau ir trukti ilgiau;
- Paslankūs, skausmingi dantys; ilgą laiką gerai tikę, o dabar nesilaikantys ar spaudžiantys protezai;
- Apetito stoka ir svorio kritimas;
- Lėtinis nuovargis;
- Įvairūs kiti požymiai ar simptomai, atsiradę burnoje be aiškios priežasties ir nepraeinantys ilgiau nei 6 savaites.

Jeigu nuogaustaujama dėl vieno ar kelių išvardytų simptomų ar požymių, ypač jei jie neišnyksta savaime ar blogėja, būtina pasitarti su šeimos gydytoju ir (ar) odontologu.

Daugelį minėtų simptomų gali sukelti ir įvairios neonkologinės ligos, todėl labai svarbu reguliariai tikrintis sveikatą bei laikytis burnos higienos.





## Veiksniai, kurie didina riziką susirgti burnos vėžiu

- Tabako vartojimas (rūkymas, uostymas, kramtymas). Tai vienas iš pavojingiausių veiksnių. Net 85 proc. burnos vėžio atvejų siejami su tabako vartojimu. Rūkaliams rizika susirgti burnos vėžiu yra 15 kartų didesnė nei nerūkantiems. Pypkės rūkymas išskirtinai siejamas su lūpos vėžiu, kuris išsivysto toje vietoje, kur lūpa liečiasi su kandikliu. Pasyvus rūkymas taip pat gali padidinti riziką susirgti burnos vėžiu;
- Piktnaudžiavimas alkoholiu. Vartojant alkoholį kartu su tabaku rizika susirgti burnos vėžiu išauga net keletą kartų. Manoma, kad šie du veiksniai stiprina vienas kito poveikį;
- Ilgalaikis deginimasis saulėje (ultravioletinių spindulių poveikis);
- Žmogaus papilomos viruso infekcija (ŽPV);
- Vyriška lytis (vyrai burnos vėžiu serga dažniau nei moterys);
- Šviesi oda (šviesi oda siejama su didesne rizika susirgti lūpų vėžiu);
- Amžius (dažniau serga vyresni nei 45 metų amžiaus žmonės);
- Lėtinis burnos gleivinės dirginimas – kuo daugiau dantų trūksta, tuo labiau dirginama gleivinė. Gleivinę taip pat dirgina ir pažeidžia nepritaikyti dantų protezai;
- Prasta burnos ir dantų higiena;
- Nevisavertė mityba. Rizika gali padidėti, jeigu organizmui trūksta A ir E vitaminų, o kasdieniame maisto racione mažai vaisių ir daržovių - pagrindinio antioksidantų šaltinio;
- Nusilpusi imuninė sistema.

## Profilaktika

- Reguliariai tikrinti burną - ar nėra neįprastų opų ar pažeidimų;
- Mesti ar ne pradėti rūkyti. Net ir ilgamečiai rūkaliai, atsisakę tabako gali gerokai sumažinti burnos vėžio riziką;
- Vengti piktnaudžiavimo alkoholiu;
- Sveikai maitintis, daugiau vartoti vaisių ir daržovių;
- Vengti ilgalaikio saulės poveikio lūpoms;
- Valytis dantis du kartus per dieną (nepamiršti dantų siūlo);
- Apsaugoti odą nuo saulės, įskaitant lūpas;
- Riboti lytinių partnerių skaičių, siekiant apsisaugoti nuo lytiniu (ir oraliniu) keliu plintančio žmogaus papilomos viruso;
- Reguliariai lankytis pas odontologą. Daugeliu atvejų gleivinėje pirmiausia atsiranda ikivėžinių pokyčių. Laiku pradėjus jų gydymą, vėžio dažniausiai galima išvengti;
- Nedelsiant kreiptis į odontologą ar šeimos gydytoją, jei pastebite kokių nors neįprastų simptomų ar opų ant lūpų ar burnos;

Pasitvirtinus įtarimams, kad burnoje yra ikivėžiniai ar vėžiniai pakitimai, pacientai su siuntimu, skubos tvarka bus nukreipiami diagnozės patikslinimui ir gydymui į specializuotus centrus.



# Vasaris - Burnos vėžio žinomumo mėnuo



**Burnos vėžys  
gali išsivystyti  
kiekvienam**



***Pastebėk***

Burnos, galvos ir kaklo  
įtartinus darinius

***Neignoruk***

Negyjančios žaizdos ar gumbo

***Kreipkis***

Rūpinkis savo sveikata!

***Paprasta patikra gali išsaugoti gyvybę***



SVEIKAS SAULĖS MIESTAS  
Sveika, mano sveikatai,  
visuomenė, sveikatai karta