

EM CASO DE SUSPEITA

Convênio SUS

Procure a Unidade de Saúde mais próxima e peça encaminhamento para o Hospital Erasto Gaertner

Demais convênios

Agende sua consulta no Hospital Erasto Gaertner pelo telefone (41) 3361-5000



ERASTO GAERTNER

Rua Dr. Ovande do Amaral, 201 - Jardim das Américas

Telefone: (41) 3361-5000 - Fax: (41) 3266-1822

CEP: 81520-060 - Curitiba - Paraná - Brasil

www.erastogaertner.com.br

GARANTIA DE FUTUROS SORRISOS

Previna o
câncer de boca.



CÂNCER DE BOCA

O câncer, nas mais diversas áreas da boca, é um dos mais incidentes em homens que fumam, bebem e não mantem uma higiene bucal adequada.

Sua suspeita, em fase inicial, é possível pelo simples auto-exame da boca, o que resulta em altas taxas de cura, sendo evitadas mutilações.

Fatores que aumentam o risco do câncer de boca

- + Fumar e mascar tabaco;
- + Bebidas alcólicas, principalmente vinho e cachaça;
- + Próteses mal ajustadas;
- + Dentes quebrados, amolecidos, cariados;
- + Hábito de morder intermanente a boca (lábio, língua, bochecha);
- + Falta de higiene bucal;
- + Alimentação pobre em frutas e verduras;
- + A falta de comparecimento ao dentista.

Fatores que ajudam na prevenção do câncer de boca

- + Não fumar;
- + Evitar o excesso de bebidas alcólicas;
- + Escovar os dentes corretamente todos os dias;
- + Consultar sempre o dentista, conservando em bom estado dentes e próteses;
- + Não irritar a região da boca, ferindo, mordendo, etc.
- + Comer alimentos ricos em vitaminas A,C e E (agrião, cenoura, abóbora, pimentão, alface, espinafre, limão, laranja, repolho, amendoim, óleo vegetal);
- + Fazer o auto-exame na boca regularmente.

AUTO-EXAME GERAL DA BOCA

O que procurar:

- + Mudanças na cor da pele e mucosa (parte interna da boca):
 - + Manchas brancas ou vermelhas que não desaparecem;
 - + Feridas que não cicatrizam, áreas irritadas por próteses;
- + Verrugas;
- + Carcoços ou fínguas no pescoço;
- + Inchados;
- + Áreas dormentes;
- + Dentes moles, quebrados, cariados;
- + Dificuldade de movimentar a língua e engolir.

VEJA COMO FAZER

1.:



Observe a pele do rosto e do pescoço. Veja se encontra algum sinal que não tenha notado antes. Toque suavemente, com a ponta dos dedos, todo o rosto.

2.:



Puxe com os dedos o lábio inferior para baixo, expondo a sua parte interna (mucosa). Em seguida, apalpe todo o lábio. Puxe o lábio superior para cima e repita os mesmos procedimentos.

3.:



Com a ponta do dedo indicador, afaste a bochecha para examinar a parte interna da mesma. Faça isso nos dois lados. E, com a ponta do dedo indicador, percorra toda gengiva superior e inferior.

4.:



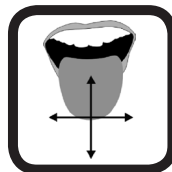
Introduza o dedo indicador por baixo da língua e o polegar da mesma mão por baixo do queixo e procure apalpar todo assoalho da boca.

5.:



Incline a cabeça para trás e abrindo a boca o máximo possível examine atentamente o céu da boca. Apalpe com o dedo indicador todo céu da boca. Em seguida, diga "Ah" e observe o fundo da garganta.

6.:



Ponha a língua para fora e observe a parte de cima. Repita a observação com a língua levantada até o céu da boca. Em seguida, puxando a língua para esquerda, observe o lado esquerdo da mesma. Repita o procedimento para o lado direito.

7.:



Finalmente, introduza o polegar por debaixo do queixo e apalpe todo seu contorno inferior. Estique a língua para fora segurando-a com um pedaço de gaze. Apalpe em toda sua extensão com os dedos indicador e polegar da outra mão.

8.:



Examine o pescoço. Compare os lados direito e esquerdo e veja se há diferenças entre eles. Depois, apalpe o lado esquerdo do pescoço com a mão direita. Repita o procedimento para o lado direito.