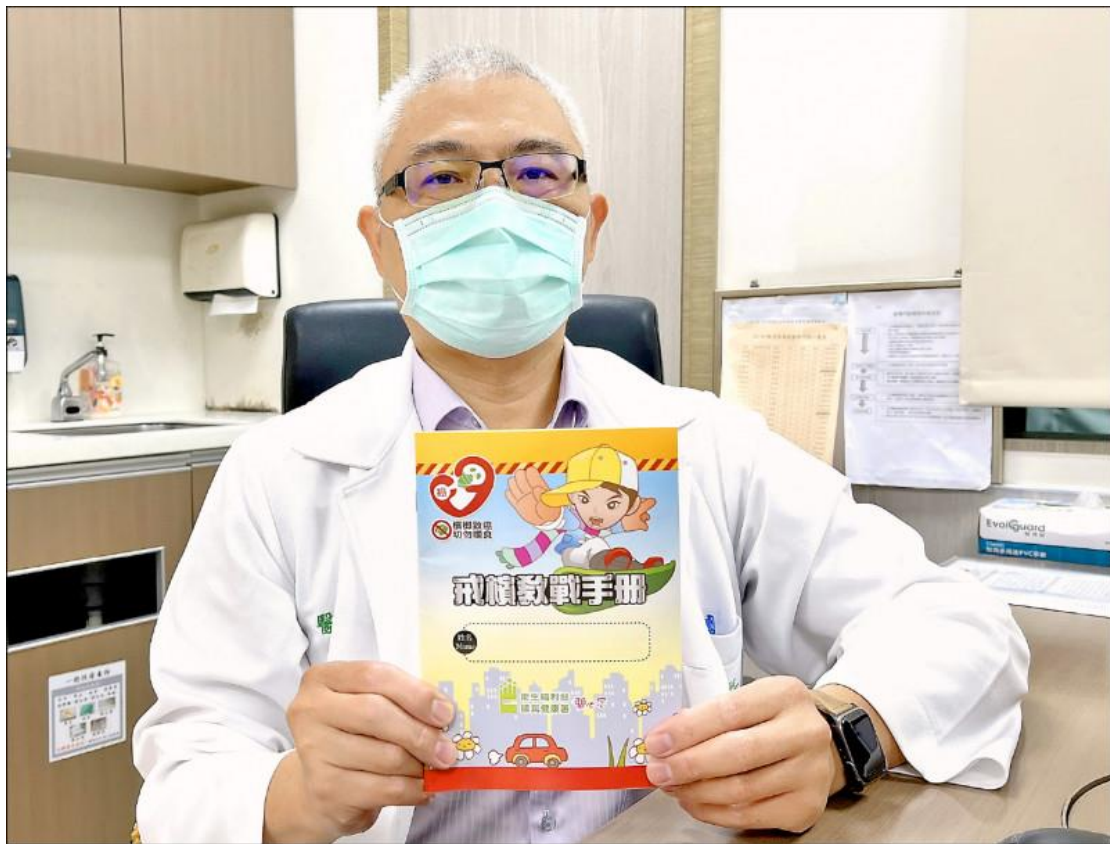


嚼檳榔 30 年 上戒檳班 3 個月全戒除



▲葉正發醫師呼籲民眾戒除檳榔，讓自己的身體更健康。(奇美醫學中心提供)

記者吳俊鋒 / 台南報導

近 7 旬的施姓男子是位資深的「紅唇族」，到奇美醫學中心進行口腔黏膜檢查，結果正常，並未罹癌，但有高血壓的他經衛教之後，意識到繼續嚼食檳榔，可能讓自己慢性病加劇，藉由個管師的協助，花 3 個月的時間，成功地從每天減量進步至完全戒除。

紅唇族易罹口腔癌、慢性病上身

嚼食檳榔將近 30 年的施男，由於有高血壓以及心臟疾病等，會定期到奇美的一般醫學內科門診，常被勸導要戒除，但每當嘴癢時，習慣就是改不掉。後來發現自己的血脂也偏高，知道慢性疾病對身體健康帶來危機，原本擔心口腔癌，但檢查結果正常，欣喜之餘，決定戒除檳榔。

主治醫師葉正發安排施男加入戒檳班，個管師全力協助，還利用下班時間致電，提供相關衛教，並以各類替代品，降低依賴感，且積極勸說，加強其自信心。才 1 季的時間，施男從每天減量，進步到成功擺脫紅唇族之列。

葉正發說，台灣口腔癌發生率名列前茅，已超越肝癌，上升至第 3，僅次於大腸癌與肺癌。嚼食檳榔除了會造成口腔癌之外，也恐引起慢性疾病，包含甲狀腺功能低下、第二型糖尿病、肝臟纖維化、慢性腎臟病、心血管疾病、高血壓等，對自身的健康影響更甚。

他指出，檳榔已被證實會刺激血小板凝集與血栓素 B2 的產生，增加罹患心血管疾病的風險，有嚼食習慣的人要小心。根據醫學研究

論文，嚼食檳榔會降低一氧化氮 (NO)，導致呼吸道發炎，並影響骨質密度，肝臟纖維化的風險也高達 5.5 倍，容易轉變成肝癌。

葉正發表示，檳榔鹼也會阻斷高密度脂蛋白受體，並抑制肝臟攝取低密度脂蛋白，造成動脈粥狀硬化與冠狀動脈痙攣，進而引發冠狀動脈疾病，如狹心症或心肌梗塞等。