

## 嚼檳榔也會免疫力下降

嚼檳榔是國人罹患口腔癌的主要原因，甚至「檳榔子」(不加紅、白灰)早已被世界衛生組織國際癌症研究機構列為第一類致癌物。

嚼檳榔不只會致癌，還會造成免疫力下降，檳榔成分中的檳榔素、多酚類在嚼食過程，會產生亞硝胺、活性氧引起局部微環境的炎症反應，致使細胞或組織損傷產生病變、最終形成癌症外，也會抑制 T 細胞（免疫細胞）活性，降低免疫作用細胞功能。

嚼檳榔會使口腔黏膜纖維化，造成張口困難，不僅無法正常吃飯，味覺也會麻木，口腔黏膜常有灼熱與刺痛感，尤其是在吃辛辣食物或是酸味等刺激性食物更為明顯，又因為張口困難，口腔清潔不易，導致蛀牙、牙痛及牙周病隨之而來，也因嚼檳榔所產生的物質，造成免疫力下降。想要預防嗎？最好的方法就是儘早戒檳！

國軍菸害暨檳榔防制服務專線  
0800-580-791 (我幫您 去戒菸)

