Your mouth
Your story

Mondkanker: vroegtijdige opsporing kan uw leven redden



Wat is mondkanker?

Mondkanker ontstaat wanneer cellen in het slijmvlies van de mond ongecontroleerd gaan groeien en een tumor vormen. Het kan op de lippen, de tong, de wangen, het tandvlees of op een willekeurige plek in de mond voorkomen.

Mondkanker behoort tot de tien meest voorkomende vormen van kanker

Als het in een vroeg stadium wordt ontdekt, is de kans op genezing veel groter.

Belangrijkste risicofactoren

Gewoonten en levensstijl spelen een belangrijke rol bij het ontstaan van mondkanker:

- Tabak
- Overmatig alcoholgebruik – vooral in combinatie met tabak
- Humaan papillomavirus (HPV)
- Een dieet met weinig groenten en fruit
- Overmatige blootstelling aan de zon (vooral voor de lippen)
- Slecht zittend kunstgebit of gebroken tanden die het mondslijmvlies voortdurend irriteren

Alarmsymptomen

Mondkanker lijkt in eerste instantie soms op een klein ongemak.
Let goed op als u het volgende opmerkt:

- Een zweer of wond die niet binnen 2-3 weken geneest
- Een witte of rode vlek op uw tong, tandvlees of wangen
- Aanhoudende pijn in de mond zonder duidelijke oorzaak
- Een knobbeltje of zwelling in uw mond of nek
- Moeite of pijn bij het slikken
- Heesheid of een verandering in uw stem
- Onverklaarbaar gewichtsverlies

Als u een van deze symptomen opmerkt, ga dan zo snel mogelijk naar uw tandarts of huisarts.

Hoe mondkanker te voorkomen

Veel gevallen kunnen worden voorkomen door gezonde gewoontes:

- Rook niet en drink met mate
- Eet veel fruit, groenten en vis
- Bescherm uw lippen tegen de zon met een lippenbalsem met beschermingsfactor
- Zorg voor een goede mondhygiëne en zorg ervoor dat het kunstgebit goed past
- Ga minstens één keer per jaar naar de tandarts voor een volledige controle

Een tijdige tandheelkundige controle kan het verschil maken.

Wanneer moet u naar de tandarts gaan?

- Als u een zweertje in uw mond heeft dat niet binnen 2 tot 3 weken geneest
- Als uw een witte of rode vlek opmerkt die niet verdwijnt
- Als uw kunstgebit niet meer goed past
- Als u last hebt van pijn bij het slikken of aanhoudende heesheid
- Ongewone veranderingen in uw mond of op uw lippen

Vergeet niet

- Vroegtijdige opsporing redt levens.
- Een kort mondonderzoek kan laesies in een vroeg stadium opsporen en ernstige complicaties voorkomen.
- Een mondzorgprofessional kan u informeren over risicofactoren, waarschuwingssignalen en beschikbare behandelingsmogelijkheden.
- **Let goed op uw mond. Een eenvoudige gebitscontrole kan uw leven redden.**

Een initiatief van

DENTAID
Oral health. Better life.

Literatuurlijst

• Consejo General de Colegios de Odontólogos y Estomatólogos de España. (2024). *Material para público* [Material de campaña]. Cáncer Oral. https://canceroral.es/material-de-la-campana/material-para-publico

• Consejo General de Dentistas de España & Fundación Dental Española. (2024). El cáncer oral: *¿lo sabías? Una guía para ayudarte a prevenir el cáncer oral* [Infografía]. Madrid: Consejo General de Dentistas de España. https://canceroral.es/material-de-la-campana/material-para-publico/

• Consejo General de Dentistas de España & Fundación Dental Española. (2024). Infografías: *Cáncer oral* [Material gráfico]. Madrid: Consejo General de Dentistas de España