



توده‌های حفره دهان مشکلی همیشگی است که می‌تواند بر روی کیفیت زندگی افراد تأثیر گذاشته و علائم نامطلوبی ایجاد کند. برای درمان این مشکل، در ابتدا باید دلیل تشکیل توده‌های حفره دهان را به دقت بررسی کرد. یکی از علت‌های اصلی تشکیل توده‌ها در حفره دهان، بیش‌فعالی غدد بزاقی است.



این غدد ممکن است به دلیل عواملی مانند عفونت‌ها، استفاده از داروهای خاص یا نارسایی تغذیه فعالیت خود را افزایش دهند و توده‌ها را ایجاد کنند. عواملی دیگری مانند ترشح بیش از حد بعضی از هورمون‌ها، بی‌ثباتی هورمونی یا اختلالات سیستم ایمنی نیز می‌توانند عوامل تشکیل توده‌های حفره دهان باشند. همچنین، عادات غذایی نامناسب، استعمال مواد مخدر و مصرف عادت‌آور سیگار نیز می‌تواند تشکیل توده‌های حفره دهان را تسهیل کند.

ادنوم پلئومورفیک: این نوع تومور خوش خیم بزاقی است که سرعت رشد آن نیز آهسته است.

خودمراقبتی‌ها:

- ✓ سیگار را ترک کنید و دخانیات مصرف نکنید.
- مدت مصرف سیگار و محصولات تنباکو مهم نیست، شما می‌توانید همین الان با ترک آن خطر ابتلا به این سرطان و سایر خطرات آن را کاهش دهید.
- ✓ الکل مصرف نکنید.
- ✓ کمتر در معرض نور مستقیم خورشید قرار بگیرید. زیرا وقتی به‌طور مکرر در معرض نور خورشید باشید، احتمال ابتلا به سرطان لب، به خصوص لب پایین در شما افزایش می‌یابد. هنگام قرار گرفتن در معرض نور مستقیم خورشید، حتماً از یک کرم ضد آفتاب خوب استفاده کنید و روی لب‌های خود هم یک کرم مناسب لب بزنید.
- ✓ از یک رژیم غذایی غنی (حاوی ویتامین‌های A, D, C) و متعادل که حاوی مقادیر زیادی میوه و سبزیجات است و از شما در برابر ابتلا به سرطان دهان محافظت می‌کند، استفاده کنید.

توده‌های خوشخیم دهان:

فیبروم: نوعی توده سفت در دهان که به بافت داخلی دهان متصل است. ظاهر فیبروم به شکل صاف یا گرد است و در قسمت‌های مختلف دهان وجود دارد.

لیپوم: نوعی توده چربی در دهان است که رشد آهسته‌ای دارد.

لنفانژیوم: توده لنفاوی شده‌ای از رگ‌های متورم است.

تومورهای استخوانی خوش خیم: محل به وجود آمدن این نوع تومورها در رگ است.

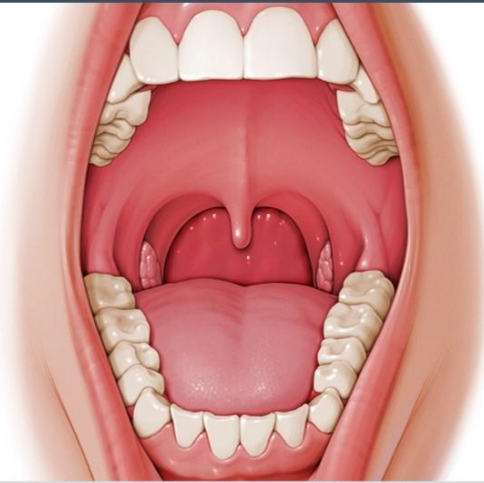
هایپرپلازی: این نوع توده به دلیل افزایش تولید سلول‌ها است. محل به وجود آمدن آن در دهان می‌باشد.



مرکز آموزشی درمانی امین

توده های حفره دهان

Oral cavity



- تورمهایی که استفاده از دندان مصنوعی را سخت می کنند.
- گوش درد
- کاهش وزن زیاد

اگر در دهان خود تغییرات غیرطبیعی مشاهده کردید و در عرض دو هفته بهبود نیافت، فوراً به پزشک مراجعه کنید.

| شناسنامه پمفلت آموزشی | |
|-----------------------|------------------------------|
| موضوع | توده های حفره دهان |
| تهیه کننده | علی ممیزان، واحد آموزش سلامت |
| تأیید کنندگان علمی | دکتر اسحاقیان |
| سمت | فوق تخصص فک و صورت |
| تاریخ تهیه | 1403 |
| تاریخ بازنگری | 1406 |
| نوبت پمفلت | 0 |
| بازنگری-کد | ENT-06 |

منبع: برونروسودارث

جهت استفاده از مطالب آموزشی به سایت بیمارستان

مراجعه نمایید. www.amin.mui.ac.ir

توصیه می کنیم به طور منظم روغن زیتون و ماهی را در رژیم غذایی خود داشته باشید. ✓
داشتن روابط جنسی سالم احتمال ابتلا به ویروس HPV را کاهش می دهد.

علائم خطرناک شایع:

- آن دسته از زخم های دهان که در طی دو هفته خوب نمی شوند.
- تورم های بدون دلیل، توده ها یا برجستگی ها، لکه های ناهموار یا ساییدگی های بخش های مختلف دهان شما که از بین نمی روند.
- خونریزی لثه و بدون دلیل در دهان
- توده های مزمن گردن که از بین نمی روند.
- لکه های سفید یا قرمز و یا زخم های دهان که با گذشت چند هفته بهبود نمی یابند.
- بی حسی بدون دلیل و مداوم یا احساس عجیب در لب یا زبان.
- دندان های لق بدون علائم ظاهری یا حفره هایی که پس از کشیدن دندان بهبود نمی یابند.
- ایجاد مشکل در جویدن، بلع یا صحبت کردن
- گرفتگی صدا، گلودرد مزمن، یا تغییر در صدا