

## CONAS A DEINTEAR DIAGNÓIS AR AILSE AN BHÉIL, AN MHUINEÁIL, AGUS AN CHLOIGINN?

Cuirfidh an fioclóir nó an dochtúir ar aghaidh go dtí speisialtóir i gcóir tástálacha tu. D'fhéadfadh na cinn seo leanas a bheith san áireamh:

- Scrúdú fisiciúil
- Ganna-X
- Bithóipse – d'fhéadfaí blúire beag feola a bhaint amach chun a thuilleadh scrúdú a chur air

## CÉN SÓRT CÓIR LEIGHIS A ÚSÁIDTEAR?

Pleanáfaidh an speisialtóir an chóir leighis, ag braith ar fhachtóirí éagsúla, iad seo ina measc:

- An áit a fuairéadh an ailse
- An sórt ailse a fuairéadh
- Cé chomh luath agus a fuairéadh é
- Do chuid sláinte go ginearálta

D'fhéadfadh na nithe seo leanas a úsáid mar chóir leighis:

- Opráid, chun an paiste a bheadh bhualte a bhaint amach, an paiste ar fad nó cuid de
- An rada-teiripe – ganna-X le leibhéal ard fuinnimh a úsáid chun cillíní na hailse a mharú
- An cheimiteiripe – drugaí a úsáid chun cillíní na hailse a mharú



## CÓD NA HEORPA I N-AGHAIDH NA HAILSE

I gCód na hEorpa i n-aghaidh na hAilse, deintear cur síos ar roghanna a fhéadfaí a dhéanamh chun maireachtaint go folláin, chun an ailse a sheachaint, agus chun feabhas a chur ar an sláinte go ginearálta. Tá siad seo leanas ina measc:

- Má bhíonn tú ag ól tobac, éirigh as
- Réimse torthaí agus glasraí a ithe, cúig uair sa ló ar a laghad
- Srian a chur leis an méid bia sailleach a itheann tú
- Má bhíonn tú ag ól alcól, srian a chur leis an méid a ólann tú mar seo leanas:
  - Dhá dheoch chaidheanta sa ló do na fir
  - Deoch caighdeanta amháin sa ló do na mná
- Gníomh anamúil fisiciúil éigin a dhéanamh gach lá
- Meáchan folláin a bheith agat
- Tú féin a chosaint ar an ngrian, agus loscadh gréine a sheachaint, go háirithe do na leanaí
- Dul faoi bhráid an dochtúra má thugann tú aon chnapán faoi ndeara, nó tinneas beag nach gcneasaíonn, nó ball do bhráin ar do chraiceann go n-athraíonn a thoirt, nó a chrot, nó a dhath, nó a bhíonn ag cur fola i slí neamh-ghnách
- Dul faoi bhráid an dochtúra má bhíonn fadhbanna agat go leanúnach, ar nós casachtach nó ciach leanúnach, nó athrú i bpatrún an chaca nó an mhúin, nó cailliúint meáchain gan coinne

Bíodh an Méid Seo ar Eolas Agat

## EOLAS EILE

Má bhíonn imní ort i leith Ailse an Bhéil, an Mhuineáil, agus an Chloiginn, nó i leith na hailse go ginearálta, is féidir leat labhairt le speisialtóir banaltra go rúnda ach glaoch ar an Líne Chabhreach Náisiúnta faoin Ailse ar Freefone 1800 200 700. Bíonn an Líne Chabhreach oscailte Dé Luain go dtí Déardaoin 9 ar maidin go dtí 7 tráthnóna, nó Dé hAoine 9 ar maidin go dtí 5 tráthnóna.

## TEANGMHÁLACHA ÁISIÚLA EILE:

<b>Cumann Ailse na hÉireann</b>	
<a href="http://www.cancer.ie">www.cancer.ie</a>	1800 200 700
<b>Quitline Náisiúnta do lucht ólta an tobac</b>	
<a href="http://www.quit.ie">www.quit.ie</a>	1850 201 203
<b>An Foras Sláinteachas Fiacla</b>	
<a href="http://www.dentalhealth.ie">www.dentalhealth.ie</a>	01 672 8870
<b>Ospidéal Déadach Bhaile Átha Cliath</b>	
<a href="http://www.dentalhospital.ie">www.dentalhospital.ie</a>	01 612 7200
<b>Scoil agus Ospidéal Fiaclóreachta Ollscoil Chorcaí</b>	
<a href="http://www.ucc.ie/ga/acaduill/scoilagusospidealfiacloireachta/">www.ucc.ie/ga/acaduill/scoilagusospidealfiacloireachta/</a>	021 4901100
<b>Cumann Fiaclóreachta na hÉireann</b>	
<a href="http://www.dentist.ie">www.dentist.ie</a>	01 295 0072
<b>Mouth Cancer Foundation (i Sasana)</b>	
<a href="http://www.mouthcancerfoundation.org">www.mouthcancerfoundation.org</a>	+44 (0) 1924 950 950

Ailse an Bhéil,  
an Mhuineáil,  
agus an  
Chloiginn



A tháirgtear trí:

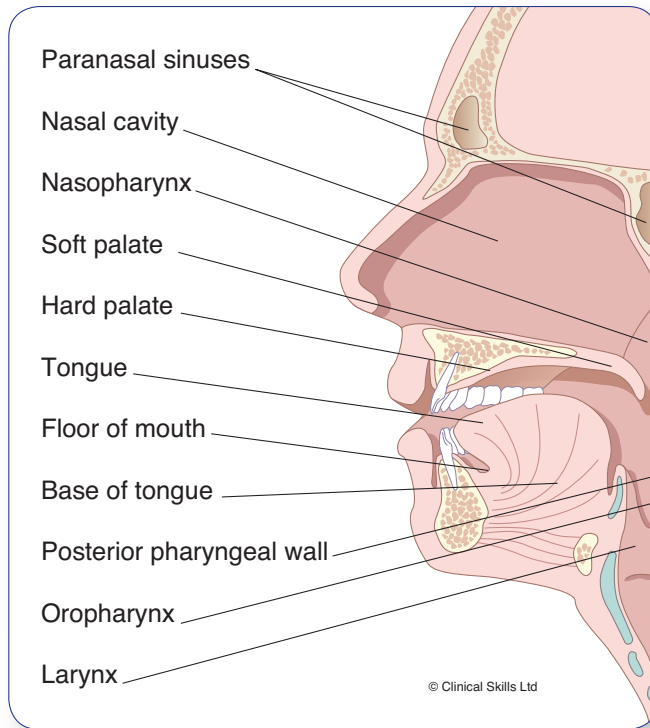


**ROINN EOLAIS MAR GHEALL AR AILSE AN BHÉIL, AN MHUINEÁIL, AGUS AN CHLOIGINN:**

- Deintear diagnóis ar bhreis is 400 cás i nÉirinn gach aon bhliain
- Sé seo an séú sórt ailse is comónta sna fir ar fud an domhain
- Cé gur ar na fir is mó a bhíonn sé, tá méadú ar líon na mban atá a fháil le blianta beaga anuas
- Is ar shean-daoine is mó a thagann sé, ach tá diagnóis á dhéanamh ar dhaoine óga anois chomh maith
- Má deintear diagnóis go luath ort, méadaítear go mór an seans go mairfidh tú



Féadfaidh Ailse an Bhéil, an Mhuineáil, agus an Chloiginn teacht ar na beola, ar an drandal, ar an leiceann, ar an teanga, ar an gcarbaid, ar an gcéislín, ar an scórnach (faraing an bhéil), ar fhaireoga an tseile, ar chuasa na sróine, ar an srón féin, nó ar úll na brád (an laraing).



**CAD IAD NA COMHARTHAÍ SÓIRT?**

D'fhéadfadh na comharthaí seo leanas a bheith i measc na gcomharthaí ar Ailse an Bhéil, an Mhuineáil, agus an Chloiginn:

- Tinneas nó othras istigh sa bhéal nach gceasaíonn
- Paistí bána nó dearga istigh sa bhéal
- Cnapán istigh sa bhéal nó sa mhuineál
- An teanga nó an leiceann ag fáil cruaidh nó tiubh
- Deacrachtaí an bia a chogaint nó a shlogadh siar, nó an teanga a chorraí
- Gan aon mhothúchán a bheith sa teanga nó san aghaidh
- Scórnach tinn nó ciach leanúnach
- Fuil shróin leanúnach nó srón phlúchta
- Fiacla bogtha gan cúis

Samhlaigh go bhféadfadh cúiseanna eile a bheith lena leithéid de chomharthaí seachas an ailse. Ach má bhíonn aon chuid acu ort ar feadh breis is trí seachtaine, tá sé tábhachtach go raghfá go dtí an fioclóir nó an dochtúir chun go scrúdófaí iad.

Má bhíonn amhras ort, bain an t-amhras duit!

**CAD IAD NA FACHTÓIRÍ A CHUIREANN LEIS AN MBAOL?**

Ní i gcónaí is féidir a rá cad is cúis le Ailse an Bhéil, an Mhuineáil, agus an Chloiginn, ach méadaíonn na nithe seo leanas an baol de:

- Toitíní, todóga, píopaí, nó marijuana a ól
- Tobac, paan, gutkha, nó quid a chogaint
- Alcól nó earraí le halcól istigh iontu a ól
- Teach i dteangmháil leis an Víreas Papalóma Daonna (nó Human Papilloma Virus). Tá nasc léirithe idir an víreas seo agus an ailse sa scórnach nó sa chéislín.
- An iomarca den ngrian a fháil. Cuireann sé seo le baol ailse na mbeola.

An tobac nó an t-alcól a ól an fachtóir is mó a chuireann le baol na hailse. Ach má bhíonn tú ag ól tobac **agus** alcól, is mó arís an baol atá ort go bhfaighfeá Ailse an Bhéil, an Mhuineáil, agus an Chloiginn.

**CONAS IS FÉIDIR LIOM AN BAOL A LAGHDÚ?**

- Gan tobac a ól. Má bhíonn tú á ól, éirigh as!
- Srian a chur leis an méid alcól a ólann tú
- Úsáid a bhaint as balsam béil a chuirfeadh stop le ganna na gréine
- Bia folláin le mórán glasraí agus torthaí a ithe
- Do bhéal a scrúdú go rialta i gcóir athraithe, mar shampla, nuair a bhíonn na fiacla á ghlanadh agat
- Cuairt a thabhairt ar an bhfioclóir go rialta, fiú mara bhfuil aon fhiacla agat ach fiacla bréige

**CÉN ÁIT IS FÉIDIR LIOM SCRÚDÚ A FHÁIL ORM FÉIN?**

- Má thugann tú faoi ndeara go bhfuil athraithe i do bhéal, i do scórnach, nó i do mhuineál, téir ar cuairt go dtí an bhfioclóir nó go dtí an dochtúir láithreach
- Tharlódh sé go dtabharfadh hygienist na bhfiacla faoi ndeara é má bhíonn athraithe i do bhéal, agus tú a chur ar aghaidh go dtí an fioclóir i gcóir comhairle.



Má bheirtear air go luath, méadaítear go mór an seans go n-éireodh leis an gcóir leighis