



أورام الرأس والعنق

علامات الإنذار والكشف المبكر

ما هي أورام الرأس والعنق؟

هي أورام تنشأ في الفم أو اللسان أو الحلق أو الحنجرة أو الأنف والجيوب الأنفية أو الغدد اللعابية أو الغدة الدرقية.

عند اكتشافها مبكرًا، تكون فرص الشفاء أعلى بكثير، والعلاج أبسط وآثاره أقل.

من يحتاج إلى فحص أكثر انتظامًا؟

- المدخنون ومستخدمو الشيشة والشمة.
- من لديه بقع بيضاء أو حمراء في الفم.
- من عولج سابقًا من ورم في الرأس والعنق.
- من يعاني من أي علامة إنذار مستمرة.

توجه إلى الطوارئ فورًا إذا:

- ظهرت صعوبة في التنفس أو صوت صغير عند الشهيق
- لم تستطع بلع اللعاب
- حدث نزيف غزير من الفم أو الأنف أو الحلق

علامات الإنذار

راجع الطبيب إذا استمرت أي من هذه العلامات أكثر من 3 أسابيع:

- قرحة في الفم أو اللسان لا تلتئم
- بقعة بيضاء أو حمراء في الفم
- بحة في الصوت
- صعوبة أو ألم في البلع
- كتلة في الرقبة
- ألم في أذن واحدة مع أذن سليمة عند الفحص
- انسداد أو نزيف من جهة واحدة من الأنف
- تورم في الخد أو الفك أو أمام الأذن
- تخلخل الأسنان دون سبب واضح
- نقص الوزن غير المبرر

هذه المعلومات للتوعية والتثقيف الصحي، ولا تغني عن استشارة الطبيب أو التقييم الطبي المباشر.

إعداد: الجمعية السعودية للأنف والأذن والحنجرة
وجراحة الرأس والعنق
saudiorl.com



النسخة 1.0 • إصدار 2026 • آخر مراجعة: مايو 2026

© 2026 الجمعية السعودية للأنف والأذن والحنجرة وجراحة الرأس والعنق. جميع الحقوق محفوظة.

ما عوامل الخطورة؟

- **التبغ بجميع أشكاله:** السجائر، والشييشة، والسجائر الإلكترونية، والشممة والتبغ الممضوغ، التي ترتبط بقوة بسرطان الفم.
- **الكحول،** ويزيد الخطر كثيرًا مع التدخين.
- **فيروس الورم الحليمي البشري:** يرتبط بأورام اللوزتين وقاعدة اللسان.
- **التعرض الطويل للشمس:** لأورام الشفة والجلد.
- **ضعف العناية بالفم والأسنان،** والأسنان المكسورة التي تجرح اللسان باستمرار.
- **العمر:** يزيد الخطر بعد عمر 40 سنة، لكن الأورام قد تصيب الأصغر سنًا أيضًا.

كيف يتم التشخيص؟

- فحص الفم والرقبة بعناية.
- فحص الأنف والحلق والحنجرة بالمنظار في العيادة.
- أخذ عينة من المكان المشتبه به.
- التصوير بالأشعة المقطعية أو الرنين المغناطيسي، لتحديد مدى انتشار الورم.

كيف تُعالج؟

- تضع خطة العلاج فرق طبية متعددة التخصصات، وتعتمد على مكان الورم ومرحلته وحالة المريض. وقد تشمل:
- الجراحة، ومنها جراحات الترميم لاستعادة الشكل والوظيفة
 - العلاج الإشعاعي
 - العلاج الكيميائي أو المناعي
- ويشمل العلاج أيضًا التأهيل للبلع والنطق، والتغذية، والدعم النفسي.

كيف أحمي نفسي؟

- **توقف عن التدخين والشممة.** هذه أهم خطوة. تقدم عيادات مكافحة التدخين التابعة لوزارة الصحة دعمًا مجانيًا، ويمكنك السؤال عنها عبر الرقم 937.
- افحص فمك بنفسك أمام المرآة كل شهر.
- راجع طبيب الأسنان بانتظام.
- استشر طبيبك حول لقاح فيروس الورم الحليمي البشري.
- استخدم واقي الشفاه من الشمس.
- اهتم بالتغذية الصحية الغنية بالخضار والفواكه.

تذكر

- أي علامة إنذار تستمر أكثر من 3 أسابيع تحتاج إلى فحص.
- الاكتشاف المبكر يرفع فرص الشفاء.
- الإقلاع عن التبغ بكل أشكاله أهم وسيلة للوقاية.
- معظم الأعراض لها أسباب بسيطة، لكن الفحص يطمئنك.