



مجتمع درمانگاهی امام رضا (ع)

و شهید مطهری

مراقبت از دهان و گلو در شیمی درمانی ۱

تهیه کنندگان : خانم فاطمه روستا
کارشناس پرستاری

با نظارت : آقای دکتر رضا وجدانی فوق
تخصص خون و آنکولوژی

واحد آموزش ضمن خدمت

پاییز ۱۴۰۲

تغییرات دهان و گلو چیست ؟

برخی از انواع شیمی درمانی به سلولهای در حال رشد سریع آسیب می رسانند، مانند آنهایی که دهان، گلو و لبهای شما را می پوشانند، این می تواند روی دندانها، لثه ها، پوشش دهان و غدد سازنده بزاق تأثیر بگذارد. بیشتر مشکلات دهان چند روز پس از پایان شیمی درمانی از بین می روند.

مشکلات دهان: خشکی دهان، تغییرات در طعم و بو، مانند زمانی که غذا مزه فلز یا گچ می دهد، مزه ندارد، یا مانند گذشته مزه یا بویی ندارد.

مشکل در غذا خوردن زمانی که دهان شما بسیار زخم می شود.

افزایش حساسیت به غذاهای سرد و یا گرم

عفونت لثه، دندان یا گلو.

راههای مدیریت: حداقل دو هفته قبل از شروع شیمی درمانی به دندانپزشک مراجعه کنید مهم است که دهان شما تا حد امکان سالم باشد، به این معنی که قبل از شروع شیمی درمانی، تمام کارهای دندانپزشکی خود را انجام دهید.

اگر نمی توانید قبل از شروع شیمی درمانی به دندانپزشک مراجعه کنید، از پزشک یا پرستار خود بپرسید که چه زمانی برای مراجعه ایمن است. حتما به دندانپزشک خود بگویید که سرطان دارید و در مورد برنامه درمانی خود بگویید.

هر روز دهان و زبان خود را چک کنید. با بررسی دهان خود، می توانید مشکلات (مانند زخمهای دهان، لکه های سفید یا عفونت) را به محض شروع مشاهده یا احساس کنید. در صورت مشاهده هر یک از این مشکلات فوراً به پزشک یا پرستار خود اطلاع دهید.

دهان خود را مرطوب نگه دارید: می توانید با نوشیدن آب در طول روز، مکیدن چیپس، یخ یا آب نبات سفت بدون قند یا جویدن آدامس بدون قند، دهان خود را مرطوب نگه دارید. اگر دهان شما همیشه خشک است، از پزشک یا پرستار خود در مورد داروهای جایگزین بزاق بپرسید.

اگر دهان شما خیلی درد می کند با پزشک، پرستار یا دندانپزشک خود تماس بگیرید، پزشک

یا دندانپزشک شما ممکن است دارویی برای درد یا مرطوب نگه داشتن دهان شما تجویز کند. دهان، دندانها، لثه ها و زبان خود را تمیز کنید. دندانها، لثه ها و زبان خود را به آرامی ظرف ۲ دقیقه بعد از هر وعده غذایی و قبل از خواب مسواک بزنید. از یک مسواک بسیار نرم استفاده کنید. می توانید با شستشوی مسواک با آب داغ قبل از مسواک زدن، موهای مسواک را نرم تر کنید اگر دهان شما برای یک مسواک نرم معمولی خیلی دردناک است، می توانید مسواک سوپر سافت را از داروخانه تهیه کنید. مسواک خود را هر ۳ تا ۴ ماه یا در صورت نیاز بیشتر عوض کنید.

اگر کلاً استفاده از مسواک برای شما دردناک است، سعی کنید دندان های خود را

باسواپ پنبه ای تمیز کنید. چهار ساعت قبل از پر تودرمانی از مرطوب کننده ها روی سر و گردن استفاده نکنید.

استفاده از نخ دندان:

اگر لثه هایتان خونریزی یا درد می کند، از آن نواحی دوری کنید اما دیگر دندانهایتان را نخ دندان بکشید. اگر تعداد پلاکت شما کم است از پزشک یا پرستار خود در مورد کشیدن نخ دندان بپرسید. در صورتی که قبل از شروع درمان از نخ دندان به طور منظم استفاده نمی کردید، پس دیگر در حین درمان استفاده نکنید.

AMERICAN CANCER SOCIETY : منابع

CHEMOTHERAPY FOR YOU