



Patiënteninformatie

Mondverzorging bij chemotherapie

Inhoud

Inleiding.....	3
Informatie over mondverzorging bij chemotherapie.....	3
Tips en adviezen.....	3
Wat kunt u zelf doen voor een goede mondverzorging en ter preventie?.....	3
Hoe uw gebit verzorgen?	4
Wat kunt u best vermijden?.....	4
Wat kunt u best eten bij pijn in de mond / keel?.....	5
Bij welke problemen het ziekenhuis / huisarts contacteren?.....	5
Tot slot	5
Wie contacteren bij vragen of problemen?	6
Persoonlijke notities / vragen	7

Inleiding

Deze brochure biedt u de nodige informatie over mondverzorging bij chemotherapie. U leest hierin meer over de behandeling zelf en eventuele nazorg van de behandeling. Het is onmogelijk om in deze brochure alle details voor elke situatie te beschrijven. Aarzel daarom niet om zo nodig bijkomende vragen te stellen aan uw arts of verpleegkundige.

Informatie over mondverzorging bij chemotherapie

Bepaalde cytostatica tasten het slijmvlies in de mond en de keel aan. Eerst wordt de mond, lippen en keel droog, daarna kunnen mond en tandvlees en keel pijnlijk aanvoelen en rood worden. Er kunnen pijnlijke vlekjes in de mond ontstaan die kunnen ontsteken.

Wij geven u enkele adviezen voor een goede mondverzorging om irritatie en/of ontsteking van het mondslijmvlies te voorkomen.

Meld zeker bij een (controle)bezoek aan uw tandarts dat u behandeld wordt met cytostatica in verband met een verhoogd risico op infectie en bloedingen.

Tips en adviezen

Wat kunt u zelf doen voor een goede mondverzorging en ter preventie?

- Bezoek indien mogelijk uw tandarts vóór het begin van de chemotherapie voor een nazicht van uw tanden.
- Spoel regelmatig gedurende 1 minuut (4 tot 8x/dag) uw mond met een zoutoplossing (1 ruime koffielepel keukenzout in 1 liter water). Het zoutwater stimuleert uw speekselklierproductie. Bij dik, taai speeksel, kan u er maagzout bijvoegen (1 koffielepel/ glas). Maagzout heeft een reinigend effect. Spoel nadien met water de zoutsmaak weg. Spuitwater reinigt ook goed de mond als preventief middel. Andere mondspoelingen: Kamillosan (1

koffielepel in een half glas water) of kamillethee (= ontstekingswerend).

- Probeer bij een droge mond suikervrije kauwgom (op basis van Xylitol) of suikervrije snoep om uw speekselproductie te activeren of kunstmatig speeksel.
- Drink regelmatig (ijsblokjes kan verfrissend zijn) en zorg dat de lucht in uw omgeving voldoende vochtig is.
- Gebruik een lippenbalsem bij droge lippen (bv. cacaoboterstift: 4 x/dag op de lippen en mondhoeken)

Hoe uw gebit verzorgen?

- Poets uw tanden na elke maaltijd en voor het slapengaan (4x/dag), zelfs indien u een maaltijd overslaat.
- Gebruik altijd een zachte tandenborstel (bv. kindertandenborstel) en vernieuw uw tandenborstel 1x/maand.
- Gebruik een kleurloze, fluoride tandpasta. Poets nooit het tandvlees. Reinig goed tussen de tanden met tandzijde (geen tandenstokers gebruiken omwille van risico op verwondingen).
- Indien het tandenpoetsen te pijnlijk is, kunt u uw tanden reinigen met een kompres dat in een maagzout oplossing gedrenkt is (1 koffielepel maagzout in 3/4 glas water). U kunt uw mond ook spoelen met deze oplossing en naspoelen met water tegen de slechte smaak.
- Gebruik geen reinigingstabletten voor uw kunstgebit (1 koffielepel maagzout in een glas water is beter) en verwijder uw kunstgebit bij een ontstoken mondslijmvlies of bij pijn.

Wat kunt u best vermijden?

- Tabak, alcohol en drink minder koffie dan gewoonlijk.
- Sterk gekruide of zure spijzen, suikerproducten, belegde kaas, melkproducten.
- Citrusvruchten /dranken(sinaasappelen, pompelmoezen, kiwi, citroenen).
- Harde droge voeding(bv. volkorenbrood, harde broodjes).
- Koolzuurhoudende dranken zoals spuitwater en andere frisdranken bij tekenen van mondslijmvliesontsteking.

Wat kunt u best eten bij pijn in de mond / keel?

- Vooral zachte voeding en bij pijn vloeibare voeding.
- Laat de gerechten afkoelen tot op kamertemperatuur. Verzuurde melkproducten (bv. yoghurt, karnemelk) veroorzaken minder slijmvorming.
- Bij ernstige eetproblemen kan u beroep doen op onze diëtist.

Bij welke problemen het ziekenhuis / huisarts contacteren?

- Het ontstoken gedeelte in de mond rood en gezwollen is.
- Aan de binnenkant van de wang, lippen pijnlijke grijs-witte vlekjes met een rode rand
- Tandvleesbloedingen.
- Door de pijn niet kunnen eten, slikken of spreken.
- Bij koorts.

Bij deze verschijnselen zal uw arts een speciale cocktail voorschrijven die een pijnstillende en ontstekingswerende werking heeft (= stomatitiscocktail):

- Bewaar deze oplossing in de ijskast.
- Gebruik: 6 maal per dag onverdund spoelen en 1 op 2 keer de spoelvloeistof doorslikken.
- Blijf ook regelmatig spoelen met een zout / maagzoutoplossing.

Tot slot

Hebt u na het lezen van deze brochure nog vragen of opmerkingen, dan kunt u terecht bij uw behandelend arts of de verpleegkundigen. Wij hopen van harte dat deze brochure u wegwijs heeft gemaakt in het verloop van mondzorg bij chemotherapie.

Wie contacteren bij vragen of problemen?

AZ Turnhout
Campus Sint – Elisabeth
Gelijkvloers
Rubensstraat 166
2300 Turnhout

Oncologisch dagziekenhuis 014 40 60 01

Oncologie hospitalisatie 014 40 65 00

AZ Turnhout vzw
www.azturnhout.be
info@azturnhout.be



Blijf op de hoogte via www.facebook.com/azturnhout



Campus Sint-Jozef
Steenweg op Merksplas 44
2300 Turnhout
014 40 60 11



Campus Sint-Elisabeth
Rubensstraat 166
2300 Turnhout
014 40 60 11