

Mondhygiëne bij chemotherapie

Inleiding

Extra aandacht aan mondverzorging is tijdens een behandeling met cytostatica (chemotherapie) van groot belang. Eén van de bijwerkingen van de chemotherapie kan zijn dat de slijmvliezen vanaf enkele dagen na het starten van de kuur geïrriteerd en/of ontstoken raken. Deze bijwerkingen zijn in het algemeen tijdelijk van aard.

De mondverzorging - zoals in deze folder beschreven - is erop gericht deze bijwerkingen zo veel mogelijk te voorkomen en geeft u informatie over (de eerste) signalen van ontstoken slijmvlies.

Een goede mondverzorging beperkt ook de ernst en de duur van bijwerkingen. De mondhygiënist van ons ziekenhuis kan u daarbij advies geven en zij kan hulp bieden bij het voorkomen van de aandoening. Vraag daarom om een verwijzing naar haar aan uw behandelend specialist.

Ontstoken mondslijmvlies


Een beginnende ontsteking van het mondslijmvlies kan zich als volgt aandienen:

- branderig gevoel in de mond;
- droge mond, waardoor de mond gevoeliger wordt voor infecties;
- roodheid en gezwollen slijmvliezen;
- ontstaan van blaren;
- smaakverandering;
- witte plekjes of een wit beslag. Dit kan duiden op een schimmelinfectie (Candida albicans).

De mondverzorging

De dagelijkse mondverzorging bestaat uit:

- 3 maal daags poetsen met een kleine zachte (elektrische) tandenborstel met een fluoridentandpasta;
- de eerste 3 dagen spoelt u 4 maal daags met een 9% fysiologische zoutoplossing (= 1 afgestreken theelepeltje zout op 1 liter leidingwater. Deze mag niet langer dan 24 uur bewaard worden). Van de 4e tot en met de 14e dag is het raadzaam om zelfs 8 maal per dag te spoelen.



Spoelen met fysiologische zoutoplossing vermindert de bacteriële aanhechting aan het mondslijmvlies en bevordert de wondgenezing in de mondholte. U spoelt grondig en krachtig met bolle wangen 1 minuut lang. Na het spoelen met zoutoplossing is het beter om niet na te spoelen of om de tanden te poetsen;

- lippen insmeren met vaseline of Camillozan.

Voor patiënten met een gebitsprothese geldt dezelfde mond-verzorging, behalve dan dat de prothese 3 maal daags na de maaltijd gereinigd moet worden met een protheseborstel en vloeibare zeep. 's Nachts moet de prothese in een afsluitbaar bakje in schoon water worden bewaard.

Voedingtips

- scherpe specerijen of sterk gekruide gerechten zoals pepers, mosterd, chilipepers, kerrie, sambal, etc. geven vaak (mond) klachten;
- ook citrusvruchten en vruchtensappen kunnen pijnlijk zijn; u kunt deze vervangen door zoet fruit;
- drink voldoende (1,5 tot 2 liter), zo nodig ook tijdens de maaltijd;
- vermijd het eten van hard voedsel, zoals noten en stokbrood. Snijd eventueel korsten van het brood;
- eet en drink niet te warm. Gerechten op kamertemperatuur zijn vaak het prettigst om te eten;
- drink of spoel met koud water; kou kan een verdovende werking hebben;
- spoel met kamillethee (niet ouder dan 24 uur). Dit werkt verzachtend;
- vermijd koolzuurhoudende dranken en alcohol.

Afspraak met mondhygiëniste

Via de afdeling Kaakchirurgie van ons ziekenhuis kunt u een afspraak maken met de mondhygiëniste: tel. 070 - 210 6710.