



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)

عوارض دهانی ناشی از شیمی درمانی



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۹/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۹/۰۱

کد پمفلت: PA-۴۰-۱۰۰۵

شماره بازنگری: ۰۲

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت

تهیه کننده: بخش شیمی درمانی - واحد آموزش سلامت

اگر خشکی دهان مانع غذا خوردن شما می شود،

نکات زیر را به کار ببرید:

- مایعات فراوان بنوشید.
- قطعات یخ یا آبنبات ترش بمکید.
- از آدامس های بدون شیرینی استفاده کنید.
- از غذاهای نرم و صاف شده استفاده کنید.
- غذاهای خشک را همراه با کره استفاده کنید.
- از پماد ویتامین C جهت مرطوب نگه داشتن لبها استفاده کنید.

منابع:

<https://www.clinicalkey.com>

<https://medlineplus.gov>

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می توانید بصورت رایگان همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ بجز تعطیلات به کلینیک آموزش سلامت مراجعه یا تماس حاصل فرمائید.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سینا - میدان امام رضا (ع)

تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰

وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

- توصیه می شود لقمه های کوچک بردارید ، آنها را به آرامی بجوید و با غذایان مایعات بنوشید.

- غذاها را با عصاره های گوشت، آب خورشت ها یا سایر مایعات نرم کنید.

- غذاهای ولرم میل کند. ممکن است غذاهای گرم یا داغ به دهان یا گلو شما آسیب زیادی بزند.

- جهت کاهش درد دهان تکه های یخ یا بستنی یخی بمکید.

- تمام مشتقات تنباکو مثل سیگار، پیپ، سیگار برگ و تنباکوی جویدنی با توجه به وجود زخم در دهان بسیار مضر هستند، لطفا از مصرف آن ها دوری کنید.



- از مصرف غذاهای برنده یا ترد مانند چیپس ذرت و سیب زمینی پرهیزید.

- از مصرف غذاهای تند مانند سس های تند، غذاهای پر ادویه و سس ها اجتناب کنید.

- از مصرف میوه ها و سبزیجاتی که اسید بالایی دارند مانند گوجه فرنگی، پرتقال، لیمو و گریپ فروت دوری کنید.

- از مصرف نوشیدنی هایی که قند زیادی دارند مانند آبنبات یا نوشابه، آبجو و سایر الکل ها پرهیزید.

- از خلال دندان یا هر جسم تیز دیگری استفاده نکنید.



مردجوی گرامی:

این مطالب به منظور آشنایی با عوارض دهانی ناشی از شیمی درمانی و مراقبت از آن تهیه شده است. امید است با مطالعه آن قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

عوارض دهانی شیمی درمانی چیست؟

یکی از درمان‌های اختصاصی در بیماری شما، شیمی‌درمانی است. داروهای ضد کانسر با مداخله در تکثیر و عملکرد سلول‌های سرطانی موجب نابودی آنها می‌شوند، اما می‌توانند در تکامل سلول‌های طبیعی بدن نیز اختلال ایجاد کنند.

کسانی که تحت شیمی‌درمانی قرار می‌گیرند دچار عوارضی می‌شوند که مهم‌ترین آنها، موکوزیت (التهاب مخاط دهان)، عفونت‌های لثه، کاندیدیوزیس (قارچ دهان) و زخم‌های دهانی است.

مراقبت از دهان و دندان:

بهداشت دندان مناسب و مداوم در طی و بعد از درمان می‌تواند عوارضی مانند حفره، زخم‌های دهانی و عفونت را کاهش دهد. تمیز کردن دهان پس از خوردن مهم است. دستورالعمل زیر برای مراقبت روزانه از دهان طی شیمی‌درمانی و پرتودرمانی است:

نحوه صحیح مسواک زدن دندان‌ها:

دندان و لثه‌ها را با مسواک نرم ۲ تا ۳ بار در روز به مدت ۲ تا ۳ دقیقه تمیز کنید. در صورت نیاز مسواک را برای نرم کردن



هر ۱۵ تا ۳۰ ثانیه در آب گرم شستشو دهید. اگر لازم است از مسواک فوم استفاده کنید. اجازه دهید مسواک بین زمان استفاده در معرض هوا خشک شود.

نخ دندان را به آرامی یک بار در روز استفاده کنید.

مراقبت از لب‌ها:

از محصولات مراقبت از لب برای جلوگیری از خشکی و ترک خوردگی استفاده کنید.

موکوزیت دهان چیست؟

موکوزیت التهاب غشاء مخاطی در دهان می‌باشد. اصطلاحات «موکوزیت دهان» و «ورم» اغلب به جای یکدیگر استفاده می‌شوند، اما معانی آنها مختلف است.

موکوزیت التهاب غشاء مخاطی در دهان می‌باشد. این حالت معمولاً با رنگ قرمز، مانند سوزاندن زخم‌ها و یا به‌عنوان زخم مانند زخم در سراسر دهان به نظر می‌رسد.

استوماتیت به معنای التهاب بافت دهان، از جمله لثه‌ها، زبان، سقف و کف دهان و بافت‌های داخل لب‌ها و گونه‌ها است. شامل عفونت غشاهای مخاطی هم می‌شود.

موکوزیت ممکن است توسط پرتودرمانی یا شیمی‌درمانی ایجاد شود. در بیماران تحت شیمی‌درمانی، موکوزیت به خودی خود، معمولاً در ۲ تا ۴ هفته بدون هیچ‌گونه عفونت درمان خواهد شد. موکوزیت ناشی از پرتودرمانی معمولاً ۶ تا ۸ هفته، بسته به طول مدت درمان طول می‌کشد.



گرفتن ورقه‌های یخ در دهان به مدت ۳۰ دقیقه ممکن است به پیشگیری از موکوزیت در حال رشد در بیمارانی که تحت درمان با داروی فلوراوراسیل قرار می‌گیرند، کمک کند.

نحوه تمیز کردن دهان:

* پاک کردن دندان‌ها و دهان هر ۴ ساعت انجام دهید.

* از مسواک نرم استفاده کنید.

* تعویض مداوم مسواک را انجام دهید.

* استفاده از محلول ژل مرطوب کننده دهان توصیه می‌شود.

* پیشنهاد می‌شود جهت شستشوی دهان از آب تصفیه و یا آب مقطر استفاده کنید.

* شستشوی مکرر دهان برای حذف ذرات و باکتری‌ها از دهان، مانع ظاهر شدن پوسته‌های نازک بر روی زخم می‌شوند.

فردی که دهانش زخم است، باید مراقب آن چه می‌خورد باشد:

- غذاهایی را انتخاب کنید که نرم و مرطوب هستند و جویدن و بلع آن‌ها آسان است، مانند غلات پخته شده، پوره سیب زمینی و تخم مرغ پخته شده.

- از مخلوط کن برای پوره کردن غذاهای پخته شده استفاده کنید تا خوردن آن آسانتر باشد. برای جلوگیری از آلودگی و عفونت، باید تمام قسمت‌های مخلوط کن قبل و بعد از استفاده شسته شود. اگر امکان پذیر است بهترین و آسان‌ترین راه، استفاده از ماشین ظرفشویی است.

