

Що робити при виразках в ротовій порожнині

What to Do for Mouth Sores – Ukrainian

Виразки в ротовій порожнині можуть бути поширеним побічним ефектом лікування раку. У вас можуть виникати болісні відчуття, можуть утворюватися невеликі порізи чи виразки. Виразки в ротовій порожнині можуть інфікуватися та кровоточити. Часто згодом настає погіршення, і вони стають дуже болючими. Вони можуть заважати вам їсти, ковтати, пити чи навіть розмовляти.

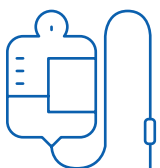


На що звертати увагу

Виразки у роті, червоні або з невеликими білими бляшками

посередині. Ці виразки можуть бути болючими, можуть спричиняти біль при жуванні або викликати відчуття схоже на біль у горлі. Виразки можуть кровоточити чи інфікуватися.

- Невеликі виразки, набряки або кровотечу в роті, на яснах, на язичку або під ним.
- Білу або жовту плівку, плями або гній у роті або на язичку
- Слиз у роті, більше, ніж зазвичай
- Відчуття сухості, печіння або болю при споживанні гарячої та холодної їжі
- Печію або розлад шлунку



Що спричиняє виразки у роті у хворих на рак?

Виразки у роті можуть спричинитися хіміотерапією, таргетною медикаментозною терапією, деякими

видами імунотерапії та променевою терапією голови та шиї. Іншими причинами, котрі також можуть спричинити виразки у ротовій порожнині, є деякі види інфекцій, зневоднення, поганий догляд за ротовою порожниною, оксигенотерапія, вживання алкоголю або тютюну, і нестача певних вітамінів або білків.



Стоматологічний огляд та догляд за ротовою порожниною

Стоматологічний огляд перед лікуванням, і особливо перед променевою терапією голови та шиї, допоможе у

профілактиці та зменшенні виразок у роті. Стоматолог може показати вам як доглядати за ротовою порожниною. Він також може полікувати вам карієс або інфекційні захворювання в роті до початку лікування раку. Важливо поговорити з вашою командою медичних працівників про найкраще лікування у вашій ситуації.

Гарний догляд за ротовою порожниною допоможе знизити ризик виникнення виразок у роті та запобігти їх серйозному погіршенню. М'яка зубна щітка допоможе тримати рот чистим та знизить ризик травмування ясен та слизової оболонки рота.

Починайте доглядати за ротовою порожниною до виникнення виразок. Якщо ж виразки в роті з'явилися, догляд за ротовою порожниною зможе допомогти запобігти інфікуванню.



Що робити якщо у вас є виразки в ротовій порожнині

Для догляду за ротовою порожниною

- Користуйтеся полосканням для рота, рекомендованим вашою командою медичних працівників.
- Випивайте щонайменше 8 склянок рідини щодня, якщо це схвалює ваша команда медичних працівників.
- Певні види полоскань допоможуть підтримувати чистоту ротової порожнини та зменшать болісні відчуття. Вам може бути рекомендовано полоскання рота антибіотиками або стероїдами, якщо виразки у ротовій порожнині болючі або інфіковані.
- Спитайте, чи можна користуватися зубною ниткою.

- Якщо ви носите зубні протези, вам можуть порекомендувати знімати їх та регулярно чистити між прийомами їжі, і тримати зубні протези в дезінфікуючому розчині.
- Зволожуйте губи вазеліном, м'яким бальзамом для губ або маслом какао.
- При болю приймайте знеболюючі ліки відповідно до інструкцій.

Під час харчування

- Їжте м'яку, вологу їжу, яку легко ковтати.
- Уникайте дуже солоних, гострих чи солодких продуктів.
- Їжте часто і невеликими порціями прісну, вологу, негостру їжу. Не їжте сирі овочі та фрукти або інші тверді, сухі продукти або продукти з хрусткою скоринкою, такі як чіпси або кренделі із сіллю.
- Уникайте кислих фруктів і фруктових соків, таких як апельсиновий, грейпфрутовий чи томатний. Вони можуть дратувати ротову порожнину.
- Уникайте газованих напоїв, алкоголю та тютюну.

Поговоріть зі своєю командою медичних робітників, якщо

- У вас є почервоніння у роті, яке не проходить понад 48 годин.
- У вас висока температура. Спитайте свою команду медичних робітників, яка температура є високою.

- У вас кровоточать ясна.
- Ви помітили якийсь поріз чи виразку у роті.
- У вас є білі пляшки на язичку або в ротовій порожнині.
- Вам важко їсти чи пити протягом 2 днів.
- Вам важко приймати ліки через виразки у роті.

Лікування виразок у ротовій порожнині

Необхідні додаткові дослідження, щоб знайти найоптимальніше лікування виразок у ротовій порожнині та болю. Ретельний догляд за ротовою порожниною і полоскання рота корисні більшості людей. Для інших пацієнтів зменшення доз лікування, кріотерапія або лазерна терапія можуть знизити ризик виникнення виразок у ротовій порожнині або прискорити загоєння.



Поговоріть зі своєю командою медичних робітників.

Розкажіть своїй команді медичних працівників про зміни, які ви помітили у ротовій порожнині, наприклад, якщо ви не можете їсти та пити протягом 2 днів, у вас висока температура або ви відчуваєте сильний біль. Поясніть їм, які фактори покращують або погіршують стан виразок в роті.



Щоб отримати інформацію та відповіді про рак, відвідайте веб-сайт Американського онкологічного товариства за адресою **cancer.org** або зателефонуйте нам за номером **1-800-227-2345**. Ми до ваших послуг, коли ми вам потрібні.