

مددجوی گرامی:

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

عوارض دهانی ناشی از شیمی درمانی چیست؟

یکی از درمان های اختصاصی در بیماری شما، شیمی درمانی است. داروهای ضد کانسر با مداخله در تکثیر و عملکرد سلول های سرطانی موجب نابودی آنها می شوند، اما می توانند در تکامل سلول های طبیعی بدن نیز اختلال ایجاد کنند.

کسانی که تحت شیمی درمانی قرار می گیرند دچار عوارضی می شوند که مهم ترین آنها، موکوزیت (التهاب مخاط دهان)، عفونت های لثه، کاندیدوزیس (قارچ دهان) و زخم های دهانی است.



مراقبت از دهان و دندان:

بهداشت دندان مناسب و مداوم در طی و بعد از درمان می تواند عوارضی مانند حفره، زخم های دهانی و عفونت راکاهش دهد. تمیز کردن دهان پس از خوردن مهم است. دستورالعمل زیر برای مراقبت روزانه از دهان طی شیمی و درمانی و پرتودرمانی است.

نحوه صحیح مسواک زدن دندان ها:

دندان و لثه ها را با مسواک نرم 2 تا 3 بار در روز به مدت 2 تا 3 دقیقه تمیز کنید. در صورت نیاز مسواک را برای نرم کردن هر 15 تا 30 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 لب ها:

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

موکوزیت دهان چیست؟

موکوزیت التهاب غشاء مخاطی در دهان می باشد. اصطلاحات «ورم» و «موکوزیت دهان» اغلب به جای یکدیگر استفاده می شوند، اما معانی آنها مختلف است. موکوزیت التهاب غشاء مخاطی در دهان می باشد. این حالت معمولاً با رنگ قرمز، مانند سوزاندن زخم ها و یا به عنوان زخم مانند زخم در سراسر دهان به نظر می رسد. استوماتیت به معنای التهاب بافت دهان، از جمله لثه ها، زبان، سقف و کف دهان و بافت های داخل لب ها و گونه ها است. شامل عفونت غشاهای مخاطی هم می شود.

موکوزیت ممکن است توسط پرتودرمانی یا شیمی درمانی ایجاد شود. در بیماران تحت شیمی درمانی، موکوزیت به خودی خود، معمولاً در 2 تا 4 هفته بدون هیچگونه عفونت درمان خواهد شد.

موکوزیت ناشی از پرتودرمانی معمولاً 6 تا 8 هفته، بسته به طول مدت درمان طول می کشد.

گرفتن ورقه های یخ در دهان به مدت 30 دقیقه ممکن است

به پیشگیری از موکوزیت در حال رشد در بیمارانی که تحت درمان با داروی فلوراوراسیل قرار می گیرند، کمک کند.

نحوه تمیز کردن دهان:

پاک کردن دندان ها و دهان هر 4 ساعت انجام دهید.

* از مسواک نرم استفاده کنید.

* تعویض مداوم مسواک را انجام دهید.

* استفاده از محلول ژل مرطوب کننده دهان توصیه می شود.

* پیشنهاد می شود 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 پوسته های نازک بر روی زخم می شوند.

فردی که دهانش زخم است، باید مراقب آنچه می خورد باشد:

- غذاهایی را انتخاب کنید که نرم و مرطوب هستند و جویدن و بلع آن ها 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 قسمت های مخلوط کن قبل و بعد از استفاده شسته شود. اگر امکان پذیر است بهترین و آسان ترین راه، استفاده از ماشین ظرفشویی است.

• - 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.

عوارض دهانی ناشی از شیمی درمانی



ویژه بیماران
واحد آموزش به بیمار

* جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد بالا را اسکن نمایید



در صورت وجود هر گونه سوال در زمینه بیماری خود
می توانید همه روزه (به جز روزهای تعطیل) از ساعت 8
تا 12 با کلینیک پرستاری آموزش سلامت تماس بگیرید.
شماره تلفن کلینیک پرستاری:

14-47233412 داخلی 227

در صورت نیاز به سوال خارج از ساعت ذکر شده با
بخش بستری خود تماس بگیرید

منابع:

- 1- World Cancer Report 2014. World Health Organization. 2014. pp. Chapter 1.1. ISBN .2294204229
- 2- "General Information About Colon Cancer". NCI. 2014-05-12. Retrieved 22 June 2014

واحد بهبود کیفیت	به نام خدا	 بیمارستان موسی بن جعفر(ع) قوچان
	عنوان سند: عوارض دهانی ناشی از شیمی درمانی	
شماره سند: M.04.N-CH/164 تاریخ تدوین: 1403/7/23		
تاریخ بازنگری:		شماره بازنگری:
تاریخ بازنگری بعدی: 1405/7/23		شماره ویرایش:

- - غذاهای ولرم میل کند. ممکن است غذاهای گرم یا داغ باه 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 یا 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 بپرهیزید.



- - 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 آب نبات یا نوشابه، آبجو و سایر الکل ها بپرهیزید.
- - از خلال دندان یا هر جسم تیز دیگری استفاده نکنید.

اگر خشکی دهان مانع غذا خوردن شما می شود

نکات زیر را به کار ببرید:

- - مایعات فراوان بنوشید.
- - قطعات یخ یا آب نبات 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