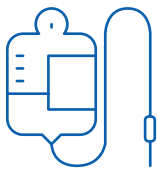


Que faire en cas de plaies buccales

Les plaies buccales sont un effet secondaire courant des traitements contre le cancer. Vous pourriez avoir une douleur dans la bouche ou voir apparaître de petites plaies ou des aphtes (petits ulcères). Ces plaies buccales peuvent s'infecter et saigner. Elles s'aggravent souvent avec le temps et peuvent être très douloureuses, ce qui peut entraîner des difficultés à manger, à avaler, à boire ou même à parler.



Quelles sont les causes des plaies buccales chez les personnes atteintes d'un cancer ?

Les plaies buccales peuvent être provoquées par la chimiothérapie, la thérapie médicamenteuse ciblée, certaines immunothérapies et la radiothérapie au niveau de la tête et du cou.

Parmi les autres causes de plaies buccales, on peut mentionner :

- les infections ;
- la déshydratation ;
- une mauvaise hygiène bucco-dentaire ;
- la consommation d'alcool ou de tabac ;
- un déficit en certaines vitamines ou protéines.



À quoi ressemblent les plaies buccales ?

Les plaies dans la bouche peuvent ressembler à des cloques, des fissures ou des aphtes. Elles peuvent être rouges ou présenter de petites plaques blanches au milieu. Ces plaies peuvent être douloureuses lorsque vous mâchez quelque chose. Elles peuvent saigner ou s'infecter. Certaines peuvent ressembler à un mal de gorge.

Les plaies buccales peuvent entraîner les symptômes suivants :

- de petits ulcères, gonflements ou saignements dans la bouche, sur les gencives ou sur ou sous la langue ;
- un film blanc ou jaune, des plaques ou du pus dans la bouche ou sur la langue ;
- une plus grande quantité de mucus dans la bouche que d'habitude ;

- une sensation de sécheresse, de brûlure ou de douleur lorsque vous mangez des aliments chauds ou froids.



Comment traite-t-on les plaies buccales ?

Des recherches supplémentaires sont nécessaires pour trouver le meilleur moyen de traiter les douleurs et les plaies buccales. Pour la plupart des gens, une bonne hygiène bucco-dentaire et les rince-bouches aident à les gérer. Pour d'autres, il peut être nécessaire de réduire les doses du traitement ou d'utiliser une cryothérapie ou un traitement au laser pour réduire le risque de plaies buccales ou faciliter leur disparition. Des médicaments peuvent aussi contribuer à la prévention ou à la gestion des plaies buccales.



Peut-on prévenir les plaies buccales ?

Les plaies buccales peuvent être évitées ou réduites en passant un examen dentaire avant le traitement, surtout en cas de radiothérapie de la tête et du cou. Les dentistes peuvent vous montrer comment prendre soin de votre bouche. Ils peuvent aussi traiter les caries ou les infections de la bouche avant le début du traitement contre le cancer. Il est important de demander à votre équipe de soins du cancer des conseils sur le meilleur traitement dans votre cas.

Une bonne hygiène bucco-dentaire peut aussi réduire le risque d'avoir des plaies buccales et limiter leur aggravation. L'utilisation d'une brosse à dents souple pour garder votre bouche propre peut réduire le risque d'endommager les gencives et les muqueuses.

Commencez à prendre soin de votre bouche avant même d'avoir des plaies. Et si vous avez des plaies buccales, une bonne hygiène bucco-dentaire peut empêcher les infections. Mentionnez à votre équipe de soins du cancer ce qui aggrave ou améliore les plaies buccales.



Que pouvez-vous faire pour gérer les plaies buccales ?

Prenez soin de votre bouche :

- Utilisez un rince-bouche recommandé par votre équipe de soins du cancer.
- Buvez au moins 8 grands verres de liquide par jour, si votre équipe de soins vous y autorise.
- Certains types de rince-bouches peuvent contribuer à l'hygiène buccale et apaiser la gêne. Des rince-bouches contenant des antibiotiques ou des stéroïdes peuvent être recommandés si les plaies buccales sont douloureuses ou si elles s'infectent.
- Demandez si vous pouvez utiliser de la soie dentaire.
- Si vous portez des prothèses dentaires, on pourrait vous demander de les retirer et de les nettoyer régulièrement entre les repas, et de les conserver dans une solution de rinçage.
- Maintenez vos lèvres hydratées avec de la vaseline, un baume à lèvres doux ou du beurre de cacao.
- En cas de douleur, prenez des médicaments contre la douleur selon les instructions du médecin.

Quand vous mangez :

- Évitez les aliments riches en sel, en sucre ou très épicés.

- Prenez des repas légers et fréquents, composés d'aliments fades, tendres et non épicés. Ne mangez pas de fruits et légumes crus ou d'autres aliments durs, secs ou croquants comme les chips ou les bretzels.
- Évitez les fruits et jus de fruits acides comme le jus d'orange, de pamplemousse ou de tomate. Ils peuvent irriter la bouche.
- Évitez les boissons gazeuses, l'alcool et le tabac.



Quand parler à votre équipe de soins du cancer ?

Informez votre équipe de soins du cancer si vous observez des changements au niveau de votre bouche.

Dites-leur si :

- vous constatez une rougeur ou une zone brillante dans la bouche qui dure plus de 48 heures ;
- vous avez de la fièvre (demandez à votre équipe de soins du cancer à partir de quelle température on parle de fièvre) ;
- vous saignez de la bouche ;
- vous remarquez une coupure ou une plaie de tout type dans votre bouche ;
- vous avez des plaques blanches sur la langue ou dans la bouche ;
- vous avez du mal à manger ou à boire pendant 2 jours ;
- vous avez du mal à prendre vos médicaments à cause des plaies buccales.



Pour en savoir plus et pour obtenir de l'aide, consultez le site de l'American Cancer Society : cancer.org/french ou appelez-nous au numéro **1-800-227-2345**. Nous sommes là pour vous.