

구강 궤양에 대해 도움을 받기

Getting Help for Mouth Sores - Korean

구강 궤양은 암 치료에서 나타나는 흔한 부작용 중 하나입니다. 동통이 있을 수도 있거나, 작은 상처나 궤양이 생길 수 있습니다. 이런 구강 궤양은 감염이 되어 출혈을 일으킬 수 있습니다. 대개는 시간이 지나면서 악화되어 매우 고통스러울 수 있습니다. 음식을 먹거나, 삼키거나, 음료를 마시거나, 심지어 말을 하는 것도 어렵게 될 수 있습니다.

살펴보아야 할 증상

- 빨간색이거나, 가운데에 하얀 반점이 있을 수 있는 입 안의 궤양. 이런 궤양은 음식을 씹을 때 아프거나, 고통스러울 수 있으며, 인후염처럼 느낄 수 있습니다. 궤양은 피가 나거나 감염될 수 있습니다.
- 입 안, 잇몸, 또는 혀나 혀 아래쪽에서, 부어오르거나, 피가 나는 작은 궤양
- 입 안이나 혀에 생기는 하얀 또는 노란 얇은 막, 반점, 또는 고름
- 입 안에 평소보다 더 많이 생긴 점액
- 뜨거운 음식 및 찬 음식을 먹으면 입 안이 건조해지거나, 화끈거리거나, 통증을 느낌
- 속쓰림 또는 소화불량

암 환자에게 구강 궤양을 얘기하는 것은 무엇입니까?

구강 궤양은 화학요법, 표적약물요법, 일부 면역요법, 그리고 머리와 목 부위 방사선 치료로 인해 야기될 수 있습니다. 그 외에도 특정한 감염, 탈수, 구강 관리 불량, 산소요법, 음주나 흡연, 또는

특정한 비타민이나 단백질 결핍 같은 요인도 구강 궤양을 야기할 수 있습니다.

치과 검진과 구강 관리

치료 전, 특히 두경부 방사선 치료 전에 치과 검진을 받으면 구강 궤양을 예방하고 완화하는 데 도움이 될 수 있습니다. 치과의사가 구강 관리법을 알려줄 수 있고, 또한 암 치료가 시작되기 전에 입 안의 충치나 감염도 치료할 수 있습니다. 귀하의 상황에 가장 좋은 치료법에 대해 담당 진료팀과 상의하는 것이 중요합니다.

구강 관리를 잘 하면 구강 궤양의 위험을 줄이는 데 도움이 되고, 또한 구강 궤양이 악화되는 것을 방지하는 데도 도움이 됩니다. 부드러운 칫솔을 사용하면 입을 청결하게 유지하고 잇몸과 입 안쪽에 상처를 입힐 위험을 줄이는 데 도움이 될 수 있습니다.

입에 궤양이 생기기 전에 구강 관리를 시작하십시오. 입에 궤양이 생기면, 구강 관리를 잘 하여 감염되는 것을 예방하도록 도움을 줄 수 있습니다.

구강 궤양이 있는 경우 할 수 있는 일

구강 관리를 하기

- 담당 진료팀이 권유하는 구강 세정제를 사용하십시오.
- 담당 진료팀이 괜찮다고 하면, 매일 최소 8컵의 물을 마십시오.
- 특정 유형의 세정제는 입 안을 깨끗하게 유지하고 불편함을 진정시키는 데 도움이 될 수 있습니다. 구강 궤양이 아프거나 감염된 경우 항생제나 스테로이드가 함유된 구강 세정제를 사용하는 것이 좋을 수도 있습니다.
- 치실을 사용해도 괜찮은지 문의하십시오.
- 틀니를 착용하는 경우, 규칙적인 일정으로 틀니를 빼서 식사와 식사 시간 사이에 세척하고, 세척액에 담가 두라는 말을 들을 수 있습니다.
- 바셀린, 순한 립밤, 또는 코코아 버터를 발라 입술을 촉촉하게 유지하십시오.
- 통증이 있으면, 지시에 따라 진통제를 복용하십시오.

음식을 먹을 때는

- 삼키기 쉬운 부드럽고, 물기가 많은 음식을 드십시오.
- 너무 짜거나, 맵거나, 설탕이 든 음식을 먹지 마십시오.
- 자극적이지 않고, 물기가 많고, 맵지 않은 음식을 소량으로 자주 드십시오. 생채소와 과일, 또는 칩이나 프레즐 같은 기타 단단하거나, 건조하거나, 껍질이 딱딱한 음식을 먹지 마십시오.

- 오렌지, 자몽, 및 토마토 같이, 산성인 과일 주스를 마시지 마십시오. 이런 주스는 입을 자극할 수 있습니다.
- 탄산음료, 알코올, 및 담배를 삼가하십시오.

다음과 같은 경우 담당 의사와 상담하십시오.

- 입 안에 발적이 생겨 48시간 넘게 지속되는 경우.
- 열이 있는 경우. 담당 진료팀이 열이 몇 도인지 알려줄 것입니다.
- 잇몸에 출혈이 있는 경우.
- 입 안에 어떤 유형이든 상처나 궤양이 있는 것을 인지하는 경우.
- 혀나 입 안쪽에 하얀 반점들이 있는 경우.
- 이를 동안 음식을 먹거나 액체를 마시는 데 애를 먹는 경우.
- 구강 궤양 때문에 약을 복용하는 데 애를 먹는 경우.

구강 궤양 치료

구강 궤양과 통증에 대한 최선의 치료법을 찾으려면 더 많은 연구가 필요합니다. 구강 관리를 잘 하고 구강 세정제를 사용하면 대부분의 사람들에게 도움이 됩니다. 다른 사람들에게는, 치료 용량 감소, 한랭용법, 또는 레이저 요법이 구강 궤양의 위험을 낮출 수 있거나 치유에 도움이 될 수 있습니다.

담당 진료팀과 상담하기

입안에 변화가 생기면 담당 진료팀에게 알려주세요. 무엇 때문에 구강 궤양이 악화된 것인지, 또는 나아진 것인지 그 팀에 알려주세요.

암에 관한 정보, 일상적 도움, 및 지원에 대해 알아보려면, cancer.org에서 American Cancer Society(미국 암학회) 웹사이트를 방문하거나 **1-800-227-2345**번으로 우리에게 문의하십시오. 귀하에게 우리가 필요할 때 우리는 이 자리에 있습니다.



Every cancer. Every life.

KOREAN
© 2022, American Cancer Society, Inc.
제213200호 - 2022년 10월 개정
모델은 단지 예시적 목적으로만 사용됨.

