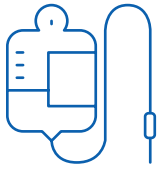


O que fazer em caso de aftas na boca

As aftas na boca podem ser um efeito colateral comum do tratamento do câncer. Você pode ter dor, pequenos cortes ou úlceras. Essas aftas na boca podem infeccionar e sangrar. Elas geralmente pioram com o tempo e podem ser muito dolorosas. Podem dificultar a alimentação, a deglutição, a ingestão de líquidos ou até mesmo a fala.



O que causa aftas na boca em pessoas com câncer?

As aftas na boca podem ser causadas por quimioterapia, terapia medicamentosa direcionada, algumas imunoterapias e tratamentos de radiação na região da cabeça e pescoço.

Outros fatores também podem causar aftas na boca, incluindo:

- Infecções
- Desidratação
- Cuidados bucais inadequados
- Consumo de álcool ou tabaco
- Falta de certas vitaminas ou proteínas



Qual a aparência das aftas na boca?

As aftas na boca podem parecer bolhas, rachaduras ou úlceras. Podem ser vermelhas ou apresentar pequenas manchas brancas no meio. Essas aftas podem ser dolorosas ou doer quando você mastiga. Podem sangrar ou infetar-se. Algumas podem fazer com que você sinta dor de garganta.

As aftas na boca podem causar estes sintomas:

- Pequenas úlceras, inchaço ou sangramento na boca, nas gengivas ou na língua ou sob ela
- Uma película branca ou amarela, manchas ou pus na boca ou na língua
- Mais muco na boca do que o normal
- Sensação de secura, ardor ou dor ao comer alimentos quentes e frios



Como as aftas são tratadas?

São necessárias mais pesquisas para encontrar o melhor tratamento para as aftas e a dor na boca. Uma boa higiene bucal e enxaguantes bucais são úteis para a maioria das pessoas. Para outras pessoas, reduzir as doses do tratamento, a crioterapia ou a terapia a laser podem diminuir o risco de aftas na boca ou ajudar na cicatrização. Também podem ser usados medicamentos para ajudar a prevenir ou controlar as aftas na boca.



Você pode ajudar a prevenir as aftas?

Consultas odontológicas antes do tratamento, especialmente antes da radioterapia na cabeça e no pescoço podem ajudar a prevenir e reduzir as aftas na boca. Os dentistas podem mostrar como cuidar da sua boca. Eles também podem tratar cáries ou infecções na boca antes do início do tratamento do câncer. É importante conversar com sua equipe de tratamento do câncer sobre o melhor tratamento para a sua situação.

Uma boa higiene bucal pode ajudar a reduzir o risco de aftas na boca. Também pode ajudar a evitar que as aftas piorem. Usar uma escova de dentes macia pode ajudar a manter a boca limpa e reduzir o risco de ferir as gengivas e o revestimento da boca.

Comece a cuidar da sua boca antes de ter aftas. Se você tiver aftas, uma boa higiene bucal pode ajudar a evitar que elas infeccionem. Informe à sua equipe de tratamento do câncer o que faz com que suas aftas na boca piorem ou melhorem.



O que você pode fazer para ajudar a controlar as aftas na boca?

Cuide da sua boca:

- Use um enxaguante bucal recomendado pela sua equipe de tratamento do câncer.
- Beba pelo menos 8 copos de líquidos por dia, se sua equipe de tratamento do câncer concordar.
- Certos tipos de enxaguantes podem ajudar a manter a boca limpa e aliviar o desconforto. Enxaguantes bucais com antibióticos ou esteróides podem ser recomendados se as aftas na boca forem dolorosas ou estiverem infectadas.
- Pergunte se pode usar fio dental.
- Se você usa dentadura, pode ser orientado a removê-la e limpá-la entre as refeições em horários regulares e a guardá-la em um líquido de limpeza.
- Mantenha os lábios hidratados com vaselina, um protetor labial suave ou manteiga de cacau.
- Se sentir dor, tome seus analgésicos conforme indicado.

Ao comer:

- Coma alimentos macios e úmidos que sejam fáceis de engolir.
- Evite comer alimentos muito salgados, picantes ou açucarados.

- Faça refeições pequenas e frequentes com alimentos leves, úmidos e não picantes. Não coma vegetais e frutas crus ou outros alimentos duros, secos ou crocantes, como batatas fritas ou pretzels.
- Evite frutas e sucos ácidos, como laranja, toranja e tomate.
- Estes podem irritar a boca.
- Evite bebidas gaseificadas, álcool e tabaco.



Quando conversar com sua equipe de tratamento do câncer

Informe sua equipe de tratamento do câncer sobre as alterações que você notar na boca.

Informe-os se você:

- Tiver vermelhidão ou brilho na boca que dure mais de 48 horas
- Tiver febre (pergunte à sua equipe de tratamento do câncer qual é a temperatura considerada febre)
- Tiver sangramento na boca
- Notar qualquer tipo de corte ou ferida na boca
- Tiver manchas brancas na língua ou dentro da boca
- Tiver dificuldade para comer ou beber líquidos por 2 dias
- Tiver dificuldade para tomar seus medicamentos devido a aftas na boca



Para obter mais informações e apoio, visite o site da American Cancer Society em cancer.org/portuguese ou ligue para **1-800-227-2345**. Estamos aqui quando você precisar.

