

Что делать при язвах в полости рта

What to Do for Mouth Sores – Russian

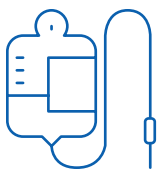
Язвы в полости рта могут быть распространенным побочным эффектом лечения рака. У вас могут возникать болезненные ощущения, небольшие разрывы или язвы. Эти язвы в ротовой полости могут инфицироваться и кровоточить. Часто со временем они ухудшаются, и становятся очень болезненными. Они могут мешать вам есть, глотать, пить и даже разговаривать.



На что обращать внимание

Язвы во рту, красные или с небольшими белыми бляшками посередине. Эти язвы могут быть болезненными, могут причинять боль при жевании или вызывать ощущение, похожее на боль в горле. Язвы могут кровоточить или инфицироваться.

- Небольшие изъязвления, припухлость или кровотечение во рту, на деснах, на языке или под ним
- Белая или желтая пленка, бляшки или гной во рту или на языке
- Больше чем обычно слюны во рту
- Чувство сухости, жжения или боли при приеме горячей и холодной пищи
- Изжога или нарушение пищеварения



Что вызывает язвы во рту у больных раком?

Язвы во рту могут вызываться химиотерапией, таргетной лекарственной терапией, некоторыми видами иммунотерапии и лучевой терапией в области головы и шеи. Другими причинами, которые также могут вызвать язвы во рту, являются некоторые виды инфекций, обезвоживание, плохой уход за полостью рта, оксигенотерапия, употребление алкоголя или табака, а также нехватка определенных витаминов или белков.



Стоматологические осмотры и уход за полостью рта

Стоматологические осмотры перед лечением, и особенно перед лучевой терапией в области головы и шеи, поможет с профилактикой и уменьшением язв во рту. Стоматолог

может показать вам, как ухаживать за полостью рта. Он также может полечить вам кариес или инфекции в ротовой полости до начала лечения рака. Важно поговорить с командой онкологической помощи о наилучшем лечении в вашей ситуации.

Хороший уход за полостью рта может снизить риск появления язв во рту и предотвратить их серьезное ухудшение. Мягкая зубная щетка поможет поддерживать чистоту полости рта и снизит риск повреждения десен и слизистой оболочки полости рта.

Начните ухаживать за ротовой полостью до возникновения язв. Если же язвы уже появились, хороший уход за полостью рта сможет предотвратить инфицирование.



Что делать, если у вас имеются язвы в полости рта

Для ухода за полостью рта

- Пользуйтесь полосканием для рта, рекомендованным вашей командой онкологической помощи.
- Пейте не менее 8 стаканов жидкости ежедневно, с одобрения вашей команды онкологической помощи.
- Определенные виды полосканий помогут поддержать чистоту полости рта и уменьшить дискомфорт. Вам могут порекомендовать полоскать рот антибиотиками или стероидами, если язвы в ротовой полости болезненны или инфицированы.
- Спросите, можно ли пользоваться зубной нитью.
- Если вы носите зубные протезы, вам могут порекомендовать их снимать и регулярно чистить между приемами пищи, а также держать зубные протезы в дезинфицирующем растворе.

- Увлажняйте губы вазелином, мягким бальзамом для губ или маслом какао.
- При боли принимайте обезболивающие препараты в соответствии с предписанием.

Во время приема пищи

- Ешьте мягкую, влажную пищу, которую легко глотать.
- Избегайте очень соленых, острых или сладких продуктов.
- Ешьте часто и небольшими порциями пресную, влажную, неострую пищу. Не ешьте сырые овощи и фрукты или другие твердые, сухие продукты или продукты с хрустящей корочкой, такие как чипсы или брецели!
- Избегайте кислых фруктов и фруктовых соков, таких как апельсиновый, грейпфрутовый и томатный. Они могут раздражать ротовую полость.
- Избегайте газированных напитков, алкоголя и табака.

Поговорите со своей командой онкологической помощи, если

- У вас имеется покраснение во рту, которое не проходит более 48 часов.
- У вас высокая температура. Спросите свою команду онкологической помощи, какая температура является высокой.

- У вас кровоточат десны.
- Вы заметили какой-то разрыв или язву во рту.
- У вас имеются белые бляшки на языке или в ротовой полости.
- Вам трудно есть или пить в течение 2 дней.
- Вам трудно принимать лекарства из-за язв во рту.

Лечение язв в полости рта

Необходимы дополнительные исследования для поиска оптимального лечения язв и боли в полости рта. Тщательный уход за полостью рта и полоскание рта полезны большинству людей. У других снижение терапевтических доз, криотерапия или лазерная терапия могут снизить риск возникновения язв в полости рта или ускорить заживление.



Поговорите со своей командой онкологической помощи.

Сообщите своей команде онкологической помощи об изменениях, которые вы заметили в ротовой полости, например, если вы не в состоянии есть или пить в течение 2 дней, у вас высокая температура или вы испытываете сильную боль. Расскажите им, какие факторы улучшают или ухудшают состояние язв в ротовой полости.



Для получения информации и ответов о раке, посетите веб-сайт Американского онкологического общества по адресу **cancer.org** или позвоните нам по номеру **1-800-227-2345**. Мы к вашим услугам, когда вы в нас нуждаетесь!

