

Допомога при виразках у ротовій порожнині

Getting Help for Mouth Sores - Ukrainian

Виразки в ротовій порожнині можуть бути поширеним побічним ефектом лікування раку. У вас може виникати болісне відчуття, можуть утворюватися невеликі порізи чи виразки. Ці виразки в ротовій порожнині можуть інфікуватися та кровоточити. Часто згодом настає погіршення, і вони стають дуже болючими. Вони можуть заважати вам їсти, ковтати, пити чи навіть розмовляти.

На що звертати увагу

- Виразки у роті, червоні або, можливо, з невеликими білими бляшками посередині. Ці виразки можуть бути болючими, можуть спричиняти біль при жуванні або викликати відчуття схоже на біль у горлі. Виразки можуть кровоточити чи інфікуватися.
- Невеликі виразки, набряки або кровотеча в роті, на яснах, на язичку або під ним.
- Біла або жовта плівка, плями або гній у роті або на язичку
- Слиз у роті, більше, ніж зазвичай
- Відчуття сухості, печіння або болю при споживанні гарячої та холодної їжі
- Печія або розлад шлунку

Що викликає виразки у роті у людей хворих на рак?

Виразки у роті можуть спричинятися хіміотерапією, таргетною медикаментозною терапією, деякими видами імунотерапії та променевою терапією в області голови та шиї. Іншими причинами, також здатними викликати виразки у ротовій порожнині, є деякі види інфекції, зневоднення,

поганий догляд за ротовою порожниною, оксигенотерапія, вживання алкоголю або тютюну, і нестача певних вітамінів або білків.

Стоматологічні огляди та догляд за порожниною рота

Стоматологічні огляди перед лікуванням, і особливо перед променевою терапією голови та шиї, можуть допомогти запобігти та зменшити виразки у роті. Стоматологи можуть показати вам як доглядати за ротовою порожниною. Вони також можуть полікувати вам карієс або інфекції в роті до початку лікування раку. Важливо поговорити з медичною бригадою про найкраще лікування у вашій ситуації.

Добрий догляд за ротовою порожниною може допомогти знизити ризик появи виразок у роті і запобігти їх серйозному погіршенню. М'яка зубна щітка допоможе тримати рот у чистоті та знизить ризик пошкодження ясен та слизової оболонки порожнини рота.

Почніть доглядати за ротовою порожниною до виникнення болісного відчуття. Якщо ж болючість виникла, добрий догляд за ротовою порожниною зможе допомогти запобігти інфікуванню.

Що робити, якщо у вас є виразки в ротовій порожнині

Для догляду за ротовою порожниною

- Користуйтеся полосканням для рота, рекомендованим вашою медичною бригадою.
- Випивайте щонайменше 8 чашок рідини щодня, якщо схвалює ваша медична бригада.
- Певні види полоскань допоможуть підтримати чистоту ротової порожнини та зменшать дискомфорт. Вам може бути рекомендовано полоскання рота антибіотиками або стероїдами, якщо виразки у ротовій порожнині болючі або інфіковані.
- Спитайте, чи можна користуватися зубною ниткою.
- Якщо ви носите зубні протези, вам можуть порекомендувати знімати і чистити їх за регулярним графіком, між прийомами їжі, і тримати зубні протези в очищаючому розчині.
- Зволожуйте губи вазеліном, м'яким бальзамом для губ або маслом какао.
- При болю приймайте знеболюючі ліки відповідно до вказівок.

Коли ви їсте

- Їжте м'яку, вологу їжу, яку легко ковтати.
- Не їжте дуже солоні, гострі чи солодкі продукти.
- Їжте часто і невеликими порціями прісну, вологу, негостру їжу. Не їжте сирі овочі та фрукти або інші тверді, сухі продукти або продукти з хрусткою скоринкою, такі як чіпси або кренделі із сіллю.

- Не пийте кислі фруктові соки, такі як апельсиновий, грейпфрутовий чи томатний. Вони можуть дратувати ротову порожнину.
- Уникайте газованих напоїв, алкоголю та тютюну.

Поговоріть зі своїм лікарем, якщо

- У вас є почервоніння у роті, яке триває понад 48 годин.
- У вас лихоманка. Ваша медична бригада повідомить вам, яка температура є лихоманкою.
- У вас кровоточать ясна.
- Ви помітили будь-який поріз чи виразку у роті.
- У вас є білі пляшки на язичку або в ротовій порожнині.
- Вам важко їсти чи пити протягом 2 днів.
- Вам важко приймати ліки через виразки у роті.

Лікування виразок у ротовій порожнині

Необхідні додаткові дослідження, щоб знайти найкраще лікування для виразок у ротовій порожнині та болю. Добрий догляд за ротовою порожниною і полоскання рота корисні більшості людей. Для інших зменшення доз лікування, кріотерапія або лазерна терапія можуть знизити ризик виникнення виразок у ротовій порожнині або допомогти в їх загоєнні.

Поговоріть зі своєю медичною бригадою

Розкажіть своїй медичній бригаді про помічені вами зміни у ротовій порожнині. Повідомте, що погіршує або покращує стан виразок у роті.

Щоб отримати інформацію про рак, щоденну допомогу та підтримку, відвідайте веб-сайт Американського онкологічного товариства за адресою **cancer.org** або зателефонуйте за номером **1-800-227-2345**.
Ми до ваших послуг, коли це вам потрібно.



Every cancer. Every life.

UKRAINIAN
© 2022, American Cancer Society, Inc.
No. 213200 Rev. 10/22
Models used for illustrative purposes only.

