

**Dagcentrum, expertisecentrum voor
infuustherapie en medische interventies**

Mondhygiëne bij chemotherapie

U wordt behandeld met chemotherapie. De middelen die hierbij gebruikt worden kunnen het slijmvlies in uw mond aantasten. U kunt bijvoorbeeld last krijgen van:

- droge en/of pijnlijke mond;
- zwelling en/of roodheid van het slijmvlies;
- witte plekken, blaartjes en of wondjes in de mond;
- slikproblemen als gevolg van bovenstaande klachten.

Om dit te voorkomen is het belangrijk uw mond en gebit goed schoon te houden.

In deze folder staat een aantal adviezen, dat u kan helpen bij een goede mondverzorging. Het is daarom belangrijk dat u deze folder goed doorleest, zodat u een goede mondhygiëne kunt toepassen.

Droge en/of pijnlijke mond

Chemotherapie kan een droge mond veroorzaken. Dit komt door de verminderde functie van de speekselklieren. U kunt dan gebruik maken van mondbevochtigings gels en -sprays. Deze producten zijn bij de apotheek verkrijgbaar. De kosten voor een mondbevochtigingsproduct worden in principe niet vergoed door uw zorgverzekeraar.

Als u een pijnlijke mond heeft, dan kan het drinken van koud water of het zuigen op een ijsblokje verlichting van de pijn geven. Als deze klachten u het eten en/of drinken moeilijk of onmogelijk maken, stelt u dan uw behandelend arts op de hoogte. De arts kan u dan eventueel medicijnen voorschrijven.

Adviezen voor mondverzorging van het eigen gebit

- Poets drie keer per dag met een zachte tandenborstel (eventueel elektrisch) en een milde tandpasta met fluoride. Vervang de tandenborstel regelmatig (minimaal vier keer per jaar).
- Maak met een flossdraad, tandenstoker of rager de ruimte tussen uw tanden en kiezen schoon.
- Spoel de mond vier keer per dag met een zoutoplossing. Hiermee reinigt u de gehele mondholte. Doe dit gedurende één minuut en vergeet daarbij de wangzakken niet. U kunt de zoutoplossing eenvoudig zelf maken door twee theelepels keukenzout op te lossen in één liter (lauw) kraanwater.
- Verzorg daarna uw lippen en mondhoeken met vaseline uit een tube (zonder recept verkrijgbaar bij uw apotheek). Gebruik hiervoor in verband met hygiëne geen Labello of andere vette lipstiften.

Als tandenpoetsen niet mogelijk is

Tijdens de chemokuur kunnen, ondanks een goede mondverzorging, pijnlijke plekken en/of blaren ontstaan. Hierdoor kunt u problemen krijgen met tandenpoetsen. Dit kan leiden tot tandplaquevorming, ontstekingen van het tandvlees en ongewenste vermenigvuldiging van bacteriën. Deze klachten kunnen niet helemaal voorkomen worden. Met onderstaande adviezen kunt u uw pijnlijke mond zo goed mogelijk verzorgen.

Adviezen voor mondverzorging bij een pijnlijke mond

- Blijf uw mond vier keer per dag spoelen met een zoutoplossing.

- Spoel daarnaast twee keer per dag met chloorhexidine mondspoeling zonder alcohol. Een chloorhexidine mondspoeling vernietigt de bacteriën in de mond en voorkomt dat er ontstekingen van het tandvlees of ongewenste vermenigvuldiging van bacteriën in de mond kunnen ontstaan. Een chloorhexidine mondspoeling is zonder recept verkrijgbaar bij de apotheek. De kosten worden niet vergoed door uw zorgverzekeraar.
- Gebruik geen flossdraad, tandenstoker of rager, omdat dit mogelijk pijnlijk kan zijn.

Adviezen voor mondverzorging van een gebitsprothese (kunstgebit)

- Maak uw prothese na iedere maaltijd en vóór de nacht schoon met water en zeep. Gebruik hierbij een harde protheseborstel.
- Bewaar de gebitsprothese droog.
- Spoel de prothese af onder de kraan voordat u hem gaat gebruiken.
- Spoel na het schoonmaken van de prothese de mond (zonder prothese) met een zoutoplossing. Doe dit gedurende één minuut en vergeet daarbij de wangzakken niet. U kunt de zoutoplossing eenvoudig zelf maken door twee theelepels keukenzout op te lossen in één liter (lauw) kraanwater.
- Verzorg daarna uw lippen en mondhoeken met vaseline uit een tube (zonder recept verkrijgbaar bij uw apotheek). Gebruik hiervoor in verband met hygiëne geen eigen lippenbalsem of andere vette lippenstiften.
- Als uw mondslijmvlies gevoelig of beschadigd is, probeer dan uw prothese zoveel mogelijk uit te laten. U kunt uw prothese bijvoorbeeld alleen tijdens het eten dragen.

Braken

Als u tijdens de chemokuur moet braken, spoel dan na het braken altijd uw mond met water.

Aanvullende adviezen voor hematologische patiënten

Als u behandeld wordt door een hematoloog en u krijgt een behandeling met intensieve chemotherapie, dan gelden voor u aanvullende adviezen voor mondverzorging. U vindt deze adviezen in de folder 'Mondverzorging bij intensieve chemotherapie' die u van een verpleegkundige van de afdeling ontvangt.

Na uw behandeling met chemotherapie

Het is belangrijk om ook na de behandeling met chemotherapie uw mond goed te blijven verzorgen.

Vragen

Als u na het lezen van deze folder vragen heeft, kunt u altijd contact opnemen met uw behandelend arts of met de verpleegkundige van uw afdeling.

