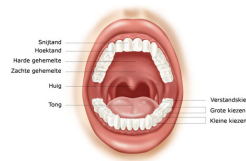


11. GEVOLGEN VAN CHEMOTHERAPIE EN RADIOTHERAPIE OP MONDSLIIJMVLIES



Inleiding

Deze informatie is bestemd voor patiënten die worden behandeld met chemotherapie en/of radiotherapie. Deze behandelingen geven een verhoogd risico op het ontstaan van ontstekingen en beschadigingen van het mondslimvlies. Dit wordt mucositis genoemd. Een zorgvuldige mondverzorging is zeer belangrijk, mede om infecties vanuit de mond te voorkomen. Dit document geeft u adviezen over effectieve mondverzorging rondom de behandeling met chemotherapie en/of radiotherapie.

Mucositis

Mucositis komt vaak voor, na behandeling met intensieve chemotherapie en/of radiotherapie. De slijmvliezen van de mond en keel worden beschadigd en vaak ook in de slijmvliezen van het maagdarmkanaal. Mucositis kan in ernst variëren. Samen met de verminderde afweer door de afname van leukocyten bestaat er een verhoogd risico op voedselinfecties. Mucositis ontstaat meestal 4 tot 10 dagen na de cytostaticakuur en houdt twee tot drie weken aan. Zodra de leukocyten weer stijgen naar normale waarden, geneest de mucositis meestal spontaan.

Symptomen

De verschijnselen die u in de mond kunt krijgen zijn roodheid en een lichte zwelling van de slijmvliezen en/ of bloedend tandvlees. Uw smaak verandert en u kunt een pijnlijk, branderig gevoel krijgen. Er ontstaat pijn of moeite met slikken en/ of praten. Ook kan uw mond heel droog zijn, of taai speeksel bevatten. Er kunnen wondjes en bloedingen in de mond ontstaan. Bij pijnklachten is goede pijnbestrijding belangrijk. Eten en drinken kan moeilijker worden. Probeer u toch, ondanks deze klachten op gewicht te blijven. Via de diëtiste kunnen pakjes energierijke voedings-dranken geregeld worden. Als dit niet lukt, dan kan eventueel voeding via een infuus een optie zijn. Bespreek daarom tijdig uw voedingsproblemen met uw verpleegkundige/ arts of diëtiste.

Preventie

Mucositis is niet te voorkomen. Wel kunt u ervoor zorgen dat uw uitgangssituatie zo goed mogelijk is, waardoor het risico op infectie beperkt wordt. De onderstaande preventieve maatregelen zijn belangrijk.

- Voordat u met chemotherapie/ radiotherapie start, is een gezond gebit essentieel om infecties te voorkomen. Vooraf is controle van de mond noodzakelijk door een tandarts van het ziekenhuis.
- Volg de voorlichting op over mondverzorging volgens dit protocol.
- Volg nadere instructies op van de tandarts, mondhygiëniste en verpleegkundige.
- Inspecteer dagelijks uw mondslimvliezen.
- Bespreek eventuele klachten van de mond en het keelgebied.
- Bespreek uw voedingsgewoonten indien u klachten heeft.
- De verpleegkundige inspecteert regelmatig uw mond en verricht mondscores, waarbij zij de gradatie van uw mucositis beoordeelt en noteert.
- Een multidisciplinair team is beschikbaar voor het uitvoeren van goede mondzorg bestaande uit: mondhygiëniste, tandarts, verpleegkundige en uw hoofdbehandelaar.
- De mondhygiëniste komt 1 x per week op afdeling F6Zuid (vrijdag) en kan geconsulteerd worden via uw arts of verpleegkundige.

Adviezen mondverzorging tijdens en na behandeling met chemotherapie en/ of radiotherapie

- Inspecteer dagelijks de slijmvliezen van uw mond. Meld veranderingen.
- Gebruik voor het starten van elke nieuwe kuur van chemotherapie altijd een nieuwe (zachte) tandenborstel, of een nieuwe zachte borstelkop van een elektrische tandborstel.
- Frequentie tandenpoetsen: 2-4 x daags: gebruik tandpasta met fluoride.
- Plaats de tandenborstel in een hoek van 45° op de overgang van tand naar tandvlees.
- Druk niet te hard op de borstel.
- Poetsinstructie van de onderkaak en bovenkaak: binnenkant, buitenkant, bovenkant (zie plaatje)
- Eventuele aanslag van de tong voorzichtig wegpoetsen.
- Mond spoelen met NaCl 0,9%: 6- 10 keer daags, gedurende 1 minuut (of sprayen). Naspoelen met water om een zoute smaak te voorkomen.
- Als spoelen met NaCl 0,9% niet lukt i.v.m. misselijkheid, dan 6-10 x daags spoelen met water.
- Flesjes NaCl 0,9% voor mondspoeling treft u op F6Z boven in het aanrechtkastje. Thuis kunt u volstaan met een mespuntje keukenzout te mengen in een glas water.
- Lipverzorging: smeer uw lippen royaal in met Steriele vaseline (tube). Preventie droogheid/ wondjes.
- Als tanden poetsen niet mogelijk is (ernstige mucositis), dan 2-4 x daags de mond spoelen met 15 ml Perio-Aid (Cloorhexidine zonder alcohol). De mondhygiëniste kan u adviezen geven.



Adviezen tandenborstels

- Spoel uw tandenborstel grondig af na gebruik met stromend water.
- Bewaring tandenborstel: na gebruik aan de lucht laten drogen.
- Tandborstel bewaren met de kop naar boven in een beker.
- Bij gebruik van een elektrische tandenborstel kan zo nodig het poetsen eenvoudig worden overgenomen door anderen.
- Op afdeling F6Z kunt u tandenborstels vinden in het aanrechtkastje van uw kamer.



Adviezen interdentaal reinigen/ flossen

- Interdentaal reinigen mag u - als u dit gewend bent- voortzetten tijdens chemotherapie en/of verlaagde weerstand.
- Als u dit niet gewend bent, kunt u adviezen vragen aan de mondhygiëniste, gezien risico op wondjes
- Gebruik zachte, natgemaakte interdentale brushes en/of een zachte tandenstokers. Als u handig bent met dentale floss, dan mag u ook deze methode gebruiken.
- Vermijd slijmvliesbeschadiging ten gevolge van flossen.
- Flos ten minste 1 x per dag de ruimtes tussen de tanden en kiezen.
- Flossen direct stoppen als het tandvlees gaat bloeden tijdens de neutropene fase. Overleg dan met uw verpleegkundige of mondhygiëniste.



Adviezen bij een gebitsprothesen

- Reinig uw prothese na iedere maaltijd grondig. Spoel na met schoon water.
- Poets de binnenkant van uw mond en tong met een zachte tandenborstel
- Doe uw gebitsprothese 's nachts uit en bewaar deze in een bakje zonder water (waterbakje kan schimmelinfecties geven).
- Spoel uw prothese 's ochtends schoon en plaats het vochtig terug in de mond.
- Zorg voor een goed passende gebitsprothese.
- Laat uw gebitsprothese uit bij pijnlijk of beschadigd mondslijmvlies.
- Gebruik geen plakmiddelen of reinigingstabletten voor gebitsprothesen.



Adviezen tijdens een droge mond

- Maak de mondholte regelmatig vochtig met slokjes water (of via een verstuiver).
- Kauw of zuig op suikervrije kauwgom, zuurtjes, waterijsjes of ijsklontjes.
- Smeer de mondholte in met een speekselvervanger in gelvorm (bijv. van Biotene of Saliva Orthana); vraag dit aan uw verpleegkundige.

Adviezen tijdens overmatige productie van mondslijm/ speeksel

- Overmatige (eventueel taai) mondslijm kunt u verwijderen door frequenter de mond te spoelen met NaCl 0,9% of water, om eenvoudiger het speeksel uit te kunnen spugen.
- De mondholte kan met gazen worden gereinigd
- Handhaaf hygiëne bij verwijdering van vuile gazen; een afvalzakje of bekken is vereist.
- Als bovenstaande maatregelen te weinig verlichting geeft, kan er zuigapparatuur aangesloten worden op een mondzuiger.

Pijnbestrijding

Mucositis kan erg pijnlijk worden. Medicatie voor de pijn kan nodig zijn. Een goede pijnstilling bevordert vaak ook de mogelijkheden tot eten. Het gebruik van ijsklontjes en ijswater heeft ook een verzachtend effect. Op F6Zuid is een machine voor ijsklontjes beschikbaar.

Voeding

Smaakveranderingen, een droge mond en pijnklachten veroorzaken problemen met eten en drinken. Wat u vroeger lekker vond, kan ineens tegenstaan. U kunt snel last krijgen van smaakveranderingen. Adviezen: vermijdt irritatie van slijmvliezen door geen hete maaltijden te gebruiken of gekruid, hard, scherp of sterk zure producten te gebruiken. Als u thuis pijnklachten, slikklachten en/of problemen met eten heeft, kunt u altijd contact opnemen met verpleegkundigen van de polikliniek Hematologie of F6 Zuid.