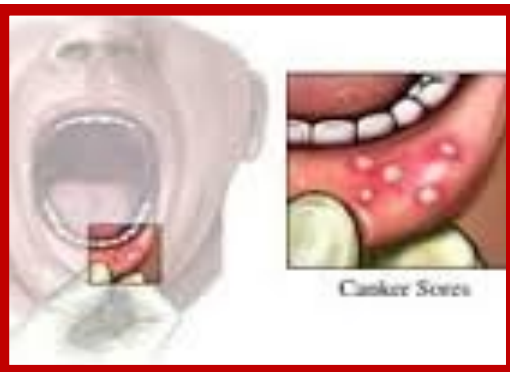


پزشکستان سیدالشهدا (ع)

نکات آموزشی درباره

زخمها و عفونتهای دهان و گلو

کد: BR/EP/080



واحد آموزش همگانی

تاریخ تولید: آذرماه ۸۸

تاریخ بازنگری: دی ماه ۹۵

برای تهیه محلول
آب نمک یا جوش شیرین

یک لیوان آب جوش
سردشده را

با

یک قاشق چایخوری

نمک یا جوش شیرین

مخلوط کنید

منبع:

لاکمن، سورنسن، پرستاری سرطان

• از رژیم های پرپروتئین و مایعات فراوان استفاده شود.

• میوه های آبدار بخورید.

• آب نباتها و آدامسهای کم شیرین بکنید.

• هنگام خواب از بخور استفاده کنید.

• از غذاهای پوره شده استفاده کنید.

• غذاهای پخته را در مخلوط کن بریزید که مصرفش آسانتر شود.

• هر ۲ ساعت دهانتان را با آب نمک بشوئید.

• سعی کنید از بینی نفس بکشید.

• از مصرف غذاهای تند و داغ پرهیز کنید.

• به غذاها ادویه و نمک زیاد نزنید.

• از مصرف غذاهایی که نیاز به جویدن زیاد دارند، خودداری

کنید.

• از مصرف خوراکیهای اسیدی مثل گوجه فرنگی، پرتقال و

غذاهای ترش، پرهیز کنید.



مقدمه:

بعضی از داروهای شیمی درمانی ممکن است باعث خشکی و زخم دهان و اطراف گلو شود و در فرودادن غذا یا جویدن اشکالاتی به وجود آورد.

این ضایعات معمولاً ۵ تا ۱۴ روز بعد از دریافت داروها به وجود می آیند.

علائم:

- قرمزی خفیف
- التهاب

- سوزش و درد هنگام بلع غذا

- عدم تحمل غذاهای داغ

- تغییرات حس چشائی

- پلاکهای سفید روی زبان، لته، لبها، داخل دهان و ته گلو

درحالات شدید زخمهای

دردناک، خونریزی، عفونتهای شدید دیده

می شود

توجه:

بهداشت نامناسب دهان، بیماریهای دندانی، استفاده از داروهای خشک کننده مخاط دهان و اختلال در وضعیت تغذیه به ایجاد و تشدید این مشکلات کمک می کنند.

روزانه داخل دهانتان را به دقت کنترل کنید
و در صورت مشاهده هر کدام
از علائم به پرستار و پزشک اطلاع دهید.

اقدامات پیشگیری کننده:

- سعی کنید در طول شیمی درمانی از دهان و لته ها بیشتر از قبل مراقبت کنید.

- بعد از هر وعده غذا و قبل از خواب دندانها را با مسواک نرم بشوئید.



- از خمیردندانهای بدون اسانس و حاوی فلوراید استفاده کنید.

- از دهانشویه های تجاری با مشورت پزشک معالج یا دندانپزشک استفاده کنید.

- لبها را چرب نگه دارید.

- در صورت داشتن دندان مصنوعی آن را مرتباً خارج و تمیز کنید

در صورت بروز علائم چه باید کرد؟

- به پزشک و پرستار اطلاع دهید.

- به دندانپزشک مراجعه کنید.

- دهانتان را به طور مرتب با آب نمک و محلول جوش شیرین شستشو دهید.

- برای تمیز کردن دندانها از مسواک نرم یا پنبه آغشته به محلول ضد عفونی استفاده کنید.

- از خشک شدن دهان جلوگیری کنید.

- برای نوشیدن از نی کمک بگیرید.

