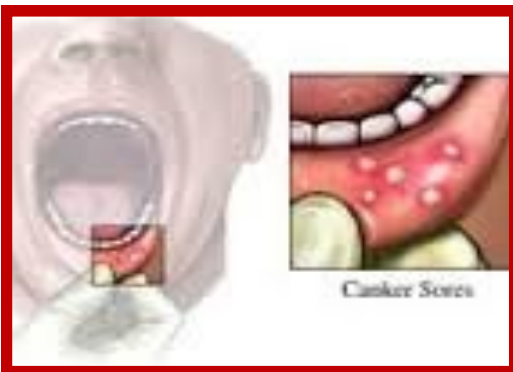


پدرستان بهداشت (م)

تکات آموزشی درباره

زخمها و عفونتهای دهان و گلو

کد: GCC-PA/080/14



واحد آموزش همگانی

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۵/۰۱/۱۵

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 پیریورنتسین و مایعات فراوان استفاده شود.

• میوه های آبدار بخورید.

• آب نیاتها و آدامسهای کم شیرین بکشد.

• هنگام خواب از بخور استفاده کنید.

• از غذاهای پوره شده استفاده کنید.

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

• 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، لثه، لبها، داخل دهان و ته گلو

در حالات 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 لثه‌ها بیشتر از قبیل مراقبت کنید.

• بعد از هر وعده غذا و قبیل از خواب دندانها را با مسواک نرم



• از خمیردندانهای بدون اسانس و حاوی فلوراید استفاده کنید.

• از دهانشویه های تجاری یا 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 تی کمک بگیرید.

