



*St. Anna Zorggroep*

**Patiënteninformatie**

**Mondverzorging  
bij  
chemotherapie**

Chemotherapie kan invloed hebben op de productie van speeksel door de speekselklieren. Speeksel heeft een reinigende werking en helpt daardoor gaatjes te voorkomen. Door de chemotherapie gaan de speekselklieren minder speeksel produceren. Een gevolg kan zijn dat, sneller dan normaal, gaatjes in het gebit ontstaan. Ook raken het tandvlees en het mondslijmvlies makkelijker geïrriteerd. Een goede mondverzorging helpt de klachten te beperken.

## **Mondverzorging**

- 2 tot 3 x daags poetsen met een milde tandpasta en een kleine, zachte tandenborstel.
- 1 tot 2 x daags tussen de tanden reinigen met tandenstokers, -floss of -ragers.
- 3 tot 8 x daags spoelen of sprayen met fysiologische zoutoplossing.
- 4 tot 8 x daags lippen en mondhoeken insmeren met neutrale lippenbalsem, zoals vaseline.

## **Gebitsprothese:**

- Na iedere maaltijd spoelt u uw mond grondig met water en borstelt u uw prothese.
- Draag uw gebitsprothese liever niet 's nachts.
- Leg uw prothese 1x per week een nacht in een bakje met half azijn en half water, aanslag en tandsteen zijn hiermee grotendeels te voorkomen. Gebruik geen reinigingstabletten, deze zijn erg agressief voor uw mondslijmvlies.
- Tong, verhemelte en de binnenkant van uw wangen kunt u het beste 3x daags reinigen met gaasjes gedrenkt in water.

## **Pijn bij poetsen**

Als het gebruik van een tandenborstel te pijnlijk is, kunt u uw mond spoelen met een mondspoelmiddel, zoals chloorhexidine 0,12%.

Spoelt u minstens 3x daags.

Als ook het spoelen problemen geeft, kunt u een spray gebruiken.

De mondhygiënist of de kaakchirurg kan u hiervoor een recept geven.

## **Pijnlijke mond**

Heeft u last van een pijnlijke mond probeer dan het gebruik van voedingsmiddelen die zoet, zuur, zout of sterk gekruid zijn te beperken. Probeer het gebruik van koolzuurhoudende dranken en alcohol te beperken. Eten en drinken kunt u het beste op kamertemperatuur of ijskoud nuttigen. Ijskoud eten en drinken geeft verlichting bij een pijnlijke mond. Harde voedingsmiddelen zoals beschuit en stokbrood kunnen het mondslijmvlies beschadigen. Gebruik dus bij voorkeur zachte voedingsmiddelen of maak het voedsel fijn voordat u het eet.

Heeft u moeite met drinken dan kunt u een kort afgeknipt, dik rietje gebruiken. Het zuigen kost dan minder moeite en de drank blijft niet zo lang in uw mond.

## **Droge mond en hinderlijke slijmvorming**

Als u last heeft van een droge mond is ergens op kauwen de beste oplossing. Doordat u kauwt worden uw speekselklieren aan het werk gezet. Hierdoor komt er meer speeksel in uw mond. U kunt producten als tomaat, augurk, komkommer, zuurtjes of pepermunt gebruiken.

U kunt ook op een stukje kauwgom met xylitol kauwen. Bij een hinderlijk, slijmerig gevoel, bijvoorbeeld als u melk gedronken heeft, kunt u uw mond even spoelen met water zodat het slijm verdwijnt.. Een droge mond is niet helemaal te bestrijden, meestal nemen de klachten na de chemotherapieperiode af.

## **Smaakverandering en smaakverlies.**

Als u geen pijnlijke mond heeft kunt u gerechten kiezen met een uitgesproken smaak. Probeer alle voedingsmiddelen uit, ook voedingsmiddelen die u eerst niet lekker vond.

## **Heeft u nog vragen?**

Deze brochure is niet bedoeld als vervanging van mondelinge informatie, maar als aanvulling hierop. Hierdoor is het mogelijk alles nog eens rustig na te lezen.

Heeft u nog vragen, neem dan contact op met de **polikliniek kaakchirurgie, telefoon: 040-2864868**

**Februari 2007**