



St. Anna Zorggroep

Patiënteninformatie

**Mondverzorging
bij
radiotherapie**

Inleiding

U gaat beginnen of bent al bezig met radiotherapie.

Als gevolg van deze therapie kunt u last krijgen van een droge mond of last van uw tandvlees, uw mondslijmvlies en uw gebit.

In deze folder krijgt u adviezen om de klachten zoveel mogelijk te voorkomen of, als dat niet mogelijk is, 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 x daags spoelen met fluoridenhoudend mondspoelmiddel (0,05% natriumfluoride)
- 4 tot 8 x daags lippen en mondhoeken insmeren met neutrale lippenbalsem, zoals vaseline.

Pijn bij poetsen

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

Spoelt u in dit geval minstens 3 keer per dag.

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

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

Meer kans op gaatjes

Speeksel heeft een reinigende werking en helpt daardoor gaatjes te voorkomen. Als de speekselklier in het bestralingsgebied ligt is er minder speekselproductie. De kans op het ontstaan van gaatjes is dan groter dan normaal. Daarom is het belangrijk om uw tanden en kiezen sterker te maken met behulp van fluoride.

Er worden speciale fluoridenlepels voor u gemaakt die precies op uw tanden en kiezen passen. U krijgt een recept mee voor de fluoride-gel die in deze lepels moet worden aangebracht

Hoe gaat dat, een fluoridenbehandeling?

U kunt de fluoridenbehandeling zelf thuis doen. Dit doet u om de dag.

- Na het poetsen verdeelt u een paar druppels fluoride-gel in de lepel.
- U houdt de lepel 5 minuten in de mond, bij voorkeur voor het slapen.
- Na 5 minuten haalt u de lepel uit uw mond en spuugt u de overtollige fluoride-gel uit, zonder na te spoelen!
- Tot 30 minuten na de behandeling eet, drinkt of poetst u niet.

Na de bestraling gaat u nog 3 tot 6 weken door met deze fluoridenapplicatie. Daarna overlegt de mondhygiëniste met u hoe lang u nog doorgaat met deze fluoridenbehandeling.

Gebitsprothese:

- Na iedere maaltijd spoelt u uw mond grondig met water en borstelt u uw prothese.
- Draag uw gebitsprothese liever niet 's nacht
- Leg uw prothese 1 keer per week een nacht in een bakje met een mengsel van half azijn en half water, aanslag en tandsteen op uw prothese zijn hiermee grotendeels te voorkomen. Gebruik geen reinigings-tabletten, deze zijn erg agressief voor uw mondslijmvlies.
- Uw tong, uw verhemelte en de binnenkant van uw wangen kunt u het beste 3 keer per dag schoonmaken met gaasjes gedrenkt in water.

Pijnlijke mond

Tijdens de bestraling kan in en rond uw mond een ontsteking van het slijmvlies ontstaan.

Om dit zoveel mogelijk te voorkomen krijgt u een recept mee voor PTA zuigtabletten. Deze tabletten gebruikt u 4 x per dag. 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 òf ijskoud nuttigen.

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.

Neem contact op met de mondhygiënist of de kaakchirurg als er toch een ontsteking van het mondslijmvlies ontstaat. Zij geven u dan adviezen over hoe u daar thuis mee om kunt gaan.

Droge mond en hinderlijke slijmvorming

Wanneer 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 bijvoorbeeld tomaat, augurk, komkommer, zuurtjes of pepermint gebruiken. Ook kunt u 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 bestralingsperiode af.

Smaakveranderingen en smaakverlies

Bestraling in en rond de mond leidt vaak tot smaakveranderingen of smaakverlies.

Als u geen pijnlijke mond heeft kunt u gerechten kiezen met een uitgesproken smaak. U kunt alle voedingsmiddelen uitproberen, ook de voedingsmiddelen die u vroeger niet lekker vond. Vaak treedt een paar maanden na de bestraling weer herstel op van de smaakfunctie, maar de smaakverandering kan ook blijvend zijn.

Tenslotte....

Soms kunt u door de bestraling uw mond maar beperkt openen. Als dat bij u het geval is kan fysiotherapie helpen.

Tijdens de radiotherapie komt u regelmatig op controle bij de mondhygiëniste. Na de bestraling vinden de controles bij de mondhygiëniste met steeds grotere tussenpozen plaats, daarnaast kan uw tandarts u begeleiden. In dat geval wordt uw tandarts schriftelijk op de hoogte gebracht door de mondhygiëniste. Het is mogelijk dat de speekselklierfunctie zich enkele maanden na de bestraling herstelt, dit gebeurt echter niet altijd.

Wat uw tandarts moet weten.

Het is erg belangrijk om uw tandarts te melden dat u bestraald bent in het mondgebied. Ook als u van tandarts verandert moet u dat zelf melden. Door de bestraling kan de bloedvoorziening van het kaakbot verminderen, waardoor u makkelijker een ontsteking kunt krijgen. De tandarts kan u adviezen geven voor een goede mondverzorging en extra alert zijn op ontstekingen.

Als de tandarts of kaakchirurg vraagt naar uw vroegere ziekten, moet u **altijd** de bestraling noemen.

Als een tand of kies die in het bestraalde gebied ligt, moet worden verwijderd, is het nodig dat u **vóóraf** een antibioticum krijgt.

Heeft u nog vragen?

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

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

Februari 2007