



Mondverzorging bij mensen met kanker

Oncologisch dagcentrum

Locatie Purmerend/Volendam

Inleiding

Door chemokuren, medicijnen en/of bestraling van één of meerdere speekselklieren kunt u klachten in de mond krijgen, zoals wondjes op het mondslijmvlies, een drogere en een pijnlijke mond. De mond wordt daardoor gevoeliger voor infecties. Ook gaat het praten en eten moeilijker. Onderstaande adviezen kunnen deze ongemakken beperken, verzachten of voorkomen.

Algemeen

Goede mondverzorging is een basisvereiste bij behandelingen tegen kanker. Poets zorgvuldig na iedere maaltijd uw tanden en kiezen met een zachte tandenborstel en tandpasta. Volledige mondverzorging bereikt u pas als u dagelijks de ruimtes tussen uw tanden en kiezen schoonmaakt met de daarvoor bestemde hulpmiddelen zoals flosdraad, tandenstokers en/of ragers. Als u een verhoogde bloedingsneiging heeft door een verlaagd aantal bloedplaatjes (trombocyten), dient u in overleg met uw behandelend arts deze hulpmiddelen tijdelijk **niet** te gebruiken.

Tandenborstel

Kies een (extra) zachte tandenborstel met een kleine borstelkop. Elektrische tandenborstels zijn altijd zacht.

Tandpasta

Mocht de minttoevoeging die in de meeste tandpasta's zit uw mondslijmvlies irriteren, probeer dan mentholvrije tandpasta zoals peutertandpasta of een homeopatisch merk.

Mondspoelen

Uit voorzorg spoelt u de mond 6-10 maal daags met een zoutoplossing. Het mondslijmvlies wordt hiermee grondig gereinigd en wondjes die ontstaan kunnen sneller helen.

De zoutoplossing kunt u zelf maken. Los 1 afgestreken eetlepel zout (= 9 gram) op in 1 liter lauw (evt. gekookt) water. Indien u misselijk wordt van deze zoutoplossing, maakt u dan een oplossing van 1 liter lauw water waarin u 1 theelepel zout met 1 theelepel bakpoeder van bijvoorbeeld dr. Oetker® (natriumbicarbonaat) oplost.

Maak iedere dag een verse oplossing. Houdt u na het spoelen een zoute nasmaak dan kunt u met kraanwater naspoelen. Verwijder bij het spoelen uw gebitsprothese(n).

Ook kamille is een veelgebruikt (preventief) mondspoelmiddel. Het is verkrijgbaar bij de drogist in de vorm van thee, gedroogde blaadjes of in geconcentreerde druppels. Lees vóór gebruik de gebruiksaanwijzing.

Bij pijnlijke blaasjes in de mond kunt u kamille gebruiken als verzachtend middel. Een langere inwerktijd verkrijgt u door een in kamille gedrenkt gaasje gedurende 10 à 15 minuten op de aangedane plek te leggen. Dit kunt u zonodig herhalen.

Droge mond en lippen

Een droge mond heeft een negatief effect op het glazuur en de bekleding van de mond. Voedsel blijft langer in de mond waardoor gaatjes, ontstekingen en schimmelinfecties kunnen ontstaan.

Om de mond vochtig te houden kunt u speeksel opwekken door middel van:

- suikervrije kauwgom
- frisure snoepjes zoals bijvoorbeeld: Ricola of suikervrije Smint
- een verstuiver kopen bij de drogist en deze vullen met bijvoorbeeld afgekoelde thee of verdunde groente-sappen zoals wortel of komkommer

Vermijd te scherpe en te zure producten. Er bestaan diverse sprays en gels.

Vraag uw mondhygiëniste naar een eventueel monster.

Voor de nacht is een mondgel effectief omdat de speekselproductie laag is en water maar kortdurend werkt.

Droge lippen kunt u invetten met labello (blauw).

Verzorging prothese(s)

- Een volledige prothese borstelt u na de maaltijd het beste schoon met een protheseborstel met groene- of parfümvrije zeep.
- Wees matig met bruistabletten (maximaal 1 keer per week) omdat deze het kunststof aantasten.

- Beschadigde, slecht zittende of bevuilde protheses kunnen belastend zijn voor de bekleding van de mond.
- Laat uw prothese regelmatig door een deskundige controleren en professioneel schoonmaken.
- Tandsteen kunt u verwijderen met behulp van een natuurazijn-verdunning (1 deel natuurazijn met 2 delen water) waarin u de prothese een nacht laat liggen.

Fluoride

Bij langdurige droogte in de mond is voor het behoud van het glazuur - naast een goede mondhygiëne - een regelmatige fluoridebehandeling noodzakelijk.

Een persoonlijk advies voor een hoge concentratie fluoridegelei of -spoeling kunt u krijgen bij uw tandarts of mondhygiëniste.

Locatie Enkhuizen

Molenweg 9b
1601 SR Enkhuizen
T. 0228 312 345

Locatie Hoorn

Maelsonstraat 3
1624 NP Hoorn
T. 0229 257 257

Locatie Purmerend

Waterlandlaan 250
1441 RN Purmerend
T. 0299 457 457

Locatie Volendam

Heideweg 1b
1132 DA Volendam
T. 0229 257 500

Postbus 600, 1620 AR Hoorn

www.dijklander.nl
info@dijklander.nl



WLZ-21956-NL 10 december 2020