

Suun terveyden hoito aktiivisen solunsalpaajahoidon aikana



AKTIIVINEN HOITO

Mitä aktiivinen solunsalpaajahoido on?

Solunsalpaajahoidon aikataulu suunnitellaan yksilöllisesti. Hoitoja voi olla usean kuukauden aikana ja hoitojen väleissä voi olla taukoja. Solunsalpaajahoidon vaikutus jatkuu elimistössä myös hoitotaukojen aikana. On tärkeää, että noudatat saamiasi ohjeita koko hoitojakson ajan.

Tämä esite on tarkoitettu suun hoidon ohjeeksi aktiivisen solunsalpaajahoidon aikana.

SYÖMINEN JA JUOMINEN

Ravitsemusterapeutti ohjaa syömiseen ja juomiseen liittyvissä asioissa

- Suosi proteiini- ja energiapitoista ruokavaliota
 - Juusto, maito, liha, kananmuna, pavut, maustamaton jogurtti, vanukkaat ja jäätelö
- Suosi pehmeitä tai soseutettuja ruoka-aineita, jos sinulla on kipua tai nielemisvaikeuksia
 - Kermapohjaiset keitot, perunasose, pasta, munakkaat, pata- ja laatikkoruokat
 - Lisää kastikkeita, öljyä tai voita ruoan kostuttamiseksi
- Vältä happamia ruoka-aineita ja juomia, kuten tomaatteja tai appelsiini- ja greippimehua
- Vältä kuivia ja kovia ruokia, kuten paahtoleivät, pähkinät, perunalastut sekä jotkin tuoreet hedelmät ja vihannekset
- Syö päivän aikana useita pieniä aterioita ja välipaloja, erityisesti jos syöminen vaikeutuu
- Käytä tarvittaessa ravintolisävalmisteita ja/tai pirtelöitä
- Pyri juomaan kaksi litraa nesteitä päivittäin (alkoholittomia ja hiilihapottomia juomia)
- Nauti pieniä määriä ruokaa kerrallaan ja tiheästi nesteitä hyvän nielemistoiminnan varmistamiseksi
- Makuuainin muutokset ovat tavallisia.

Jos ilmenee syömisvaikeuksia tai painonlaskua, ilmoita siitä välittömästi hoitohenkilökunnalle

NIELEMINEN

Nielemiseen liittyviä muutoksia solunsalpaajahoidon aikana

Nielemisvaikeuksia voi esiintyä missä tahansa hoidon vaiheessa hoidon sivuvaikutusten takia

- Suu voi tuntua kuivalta. Pidä mukana vesipulloa ja juo usein.
- Voit havaita haju- ja makuuainimusten muutoksia
- Kerro hoitohenkilökunnalle, jos suussa tai nielussa tuntuu poltetta nielemisen aikana

SUUN HOITO

Hammashoitohenkilökunta ohjaa sinua suun hoidossa solunsalpaajahoidon aikana

Hammastahojien puhdistus

- Lankaa hampaat vähintään kerran päivässä, jos mahdollista

Hampaiden harjaaminen

- Käytä pehmeää hammasharjaa ja fluorihammastahnaa kahdesti päivästä reikiintymisen ehkäisemiseksi
 - Harjaa hampaat hellästi ruokailun jälkeen ja ennen nukkumaan menoa
 - Käytä puhtaita, suuhuuhteeseen kastettuja vanulappuja tarpeen mukaan suun puhdistukseen
 - Jos et pysty käyttämään hammastahnaa, käytä laimeaa suuhuuhdetta
 - Vaikka suu on arka, pyri huolehtimaan hyvästä suuhygieniasta
 - Voit lievittää suun limakalvojen kipua lidokaiini -puudutesuihkeella

Huuhtelu (katso "Suuhuuhte-ohje" esitteen takaa)

- Huuhtele, purskuttele ja sylje useita kertoja hampaiden harjaamisen, hammastahojien puhdistamisen ja ruokailun jälkeen
- Huuhtele suu 1-2 tunnin välein hereillä ollessasi
- Purskuttele ja juo pieniä määriä vettä usein, mikäli sylki tuntuu sitkeältä/paksulta

Suun kostutus

- Pyri kostuttamaan nenäkäytäviä käyttämällä ilmankostutinta yöaikaan
- Kostuta suu usein suuhuuhteella ja vesipohjaisella keinოსyljellä
 - Vältä vaseliini- ja glyseriinipohjaisia geelejä ja muita suunhoitotuotteita

Huulten hoito

- Käytä usein vesiliukoisia, vaha- tai öljypohjaisia huulivoiteita
 - Älä käytä vaseliinivoiteita

Kerro omalle hammaslääkärillesi, että saat solunsalpaajahoidoja. Hammaslääkärisi konsultoi tarvittaessa hoitavaa syöpäklinikkaa ennen toimenpiteitä.

Kerro heti hoitohenkilökunnalle, jos:

- Jos suuhun ilmaantuu haavaumia
- Nielaistessa tuntuu kipua
- Suu tuntuu turvonneelta
- Kipu haittaa syömistä ja/tai juomista

