

Võtke ühendust raviarstiga, kui:

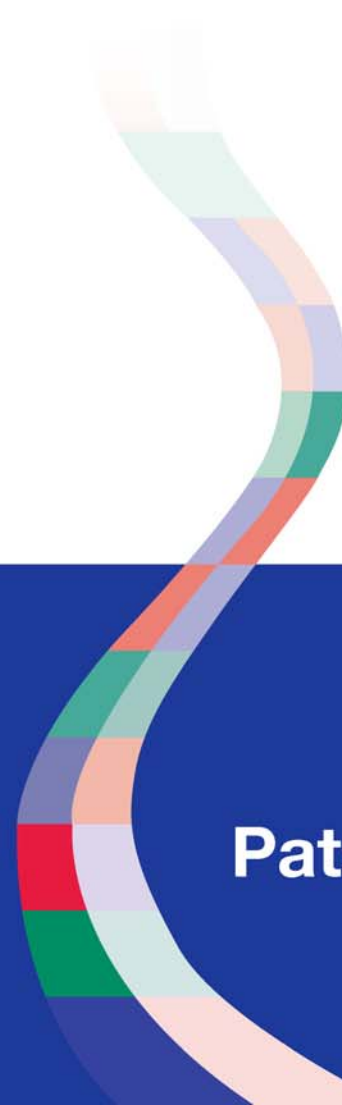
- kehatemperatuur tõuseb üle 38 kraadi
- haavandid suus või huultel takistavad söömist, joomist ja magamist
- esineb tugev valu
- esineb iiveldus, oksendamine, kõhulahtisus (4-5 korda viimase 24 tunni jooksul)
- ei ole sünnud-joonud midagi 24 tunni jooksul
- tekib uimasus
- uriin on tumeda värvusega ja kogus vähenenud

Koostajad: Age Särg, Maili Möldri, Taimi Turvas, Kadi Kõoleht

Kasutatud on TITAN koolituse materjale

Tartu Ülikooli Kliinikum
Registruur 731 9100
Üldinfo 731 8111
www.kliinikum.ee
kliinikum@kliinikum.ee

KEEMIA- JA KIIRITUSRAVI
MÕJU SUU JA NEELU
LIMASKESTADELE



Patsiendiinfo

Hea patsient!

Käesoleva infovoldiku eesmärgiks on jagada informatsiooni keemia- ja kiiritusravi mõjust suu- ja neelu limaskestadele ning anda soovitusi kahjustuste ennetamiseks ja leevendamiseks.

Keemiaravi (kemoteraapia) all mõistetakse pahaloomuliste kasvajate ravi keemia-ravimitega. Ravimid mõjutavad nii kasvajakke kui ka normaalseid keharakke, kahjustades neid või hävitades. Selline normaalsete rakkude kahjustus keemiaravimite poolt põhjustabki keemiaravi kõrvaltoimeid.

Kiiritusravi (radioteraapia) käigus antakse maksimaalne doos kasvajakoele, kuid kiiritavas piirkonnas võivad saada kahjustatud ka normaalsed rakud.

Keemiaravi ning rindkere, kaela ja pea piirkonna kiiritusravi korral võib normaalsete rakkude kahjustusest tekkida järgmised

kõrvalnähud suu ja neelus:

- kleepuv ja kuiv tunne suus;
- limaskestad ja igemed on hellad ning punetavad;
- huuled ja suunurgad lõhenevad;
- halb hingeõhk;
- keel on valulik,
- suus metalli maitse, kipitustunne
- äravõetavat proteesi on ebamugav kanda, see hõõrub;
- suu on kuiv ka süües, mistõttu on vaja pidevalt peale juua.

Soovitusi suu- ja neelu limaskestade kahjustuste ennetamiseks

- peske hambaid 2 korda päevas pehme hambaharjaga või marlitampooniga, kui trombotsüütide arv veres on langenud
- eemaldage enne suuhügieeni teostamist hambaproteesid
- peske ja hooldage proteese nagu suudki mitu korda päevas
- vältige hambaniidiga hammaste puhastamist, kui trombotsüütide arv veres on langenud
- külastage regulaarselt hambaarsti
- kasutage alkoholivaba ja fenoolivaba suuvett suu loputamiseks peale igat söögikorda ja enne magamaminekut
- kasutage huuli niisutavaid vahendeid (hügieeniline huulepulk) vastavalt vajadusele
- tarbige vedelikku vähemalt kaks liitrit päevasl
- hoiduge alkoholsete, gaseeritud ja kofeiini sisaldavate jookide tarbimisest
- ärge suitsetage
- vältige liiga kuuma ja külma ning vürtsikat toitu
- kasutage suhkruvaba ksülitooliga närimiskummi (see suurendab sülje eritumist)
- imege suhkrut mittesisaldavat karamellikomme
- vältige kuivaineid nagu näkileivad, küpsised, pähklid

Soovitusi suu- ja neelu limaskestade kahjustuste leevendamiseks

- jäätükkide ja jääpuru imemine vähendab kahjustusi ja nende raskusastet suus
- loputage suud 0,12 % kloorheksidiinlahusega või jaheda kummeliteega iga kahe tunni järel ja peale igat söögikorda
- toit peaks olema pehme või vedel ja mahedalt maitsestatud
- sobivad toidud on supid, püreed, pudrud, jogurtid, kodujuust, pudingud, makaronid, kala, muna, juust, jäätis
- niisutage suud oliivõliga
- kasutage apteegis käsimüügis saadaval olevaid suuhügieeni vahendeid, näiteks tehissülg (Salisynt), niisutav geel (OralBalance), alkoholivaba suuvesi (Biotene)

Vältige:

- haput, soolast ja vürtsikat toitu
- kuuma ja külma jooki-sööki
- alkoholiseid, gaseeritud ja kofeiini sisaldavaid jooke (kohvi, tee)
- suitsetamist
- tsitruselisi ja nende tooteid – tomati, apelsini, greipfruudi mahlad
- hambaproteeside kandmist, kui suu limaskestad on kahjustatud