

Los cuidados bucodentales durante el tratamiento del cáncer oral

Una historia contada por:



Sociedad Española
de Medicina Oral

Quando un paciente con cáncer oral inicia su tratamiento, debe recibir una serie de consejos para aliviar las posibles molestias bucodentales derivadas del mismo.



Durante el tratamiento puedes tener enrojecimiento, hinchazón, sensibilidad o úlceras en la boca, la lengua o los labios. A esto se le llama mucositis.

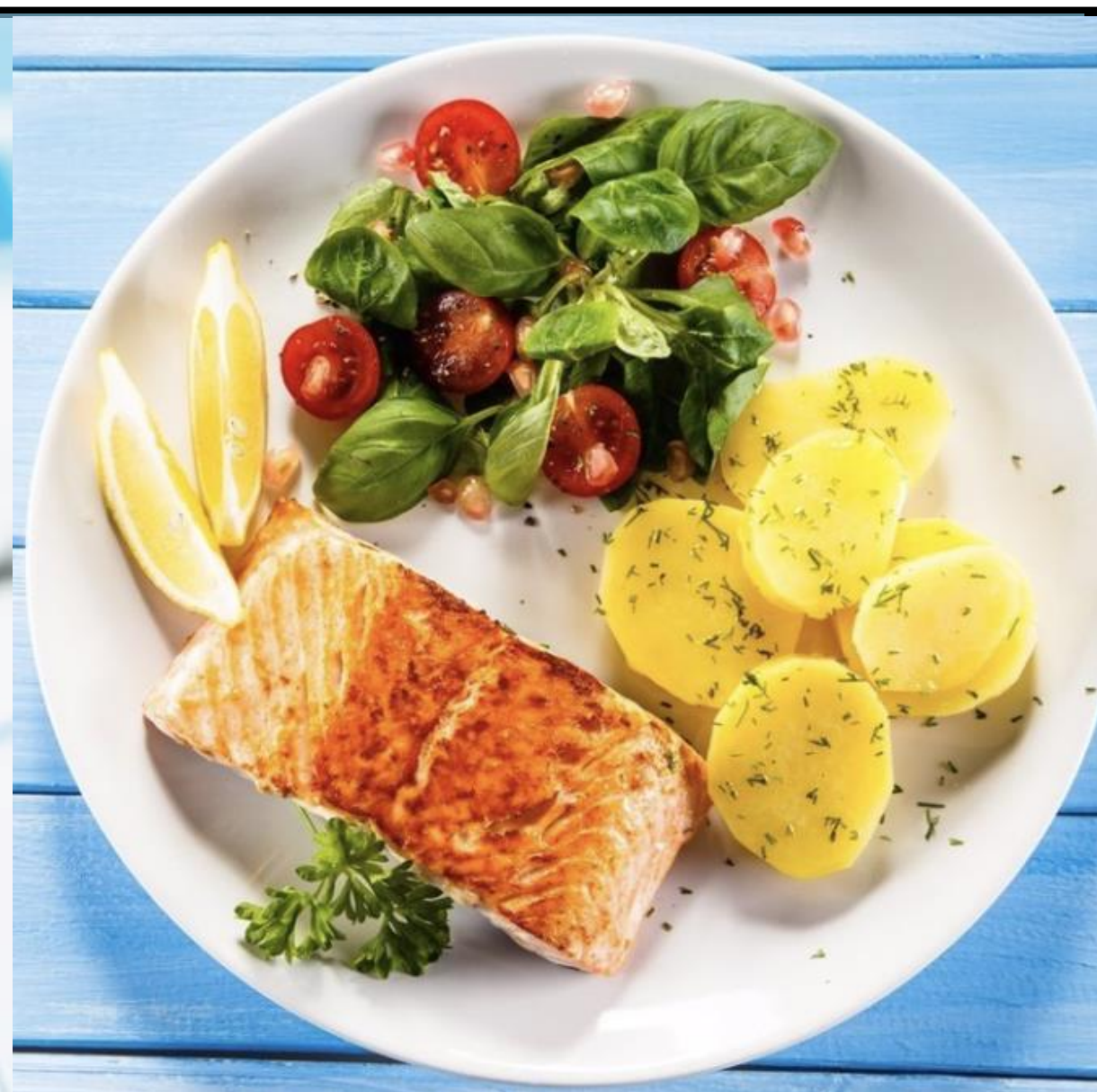


Si presentas mucositis, consulta con tu médico o dentista. Te podrán ayudar.

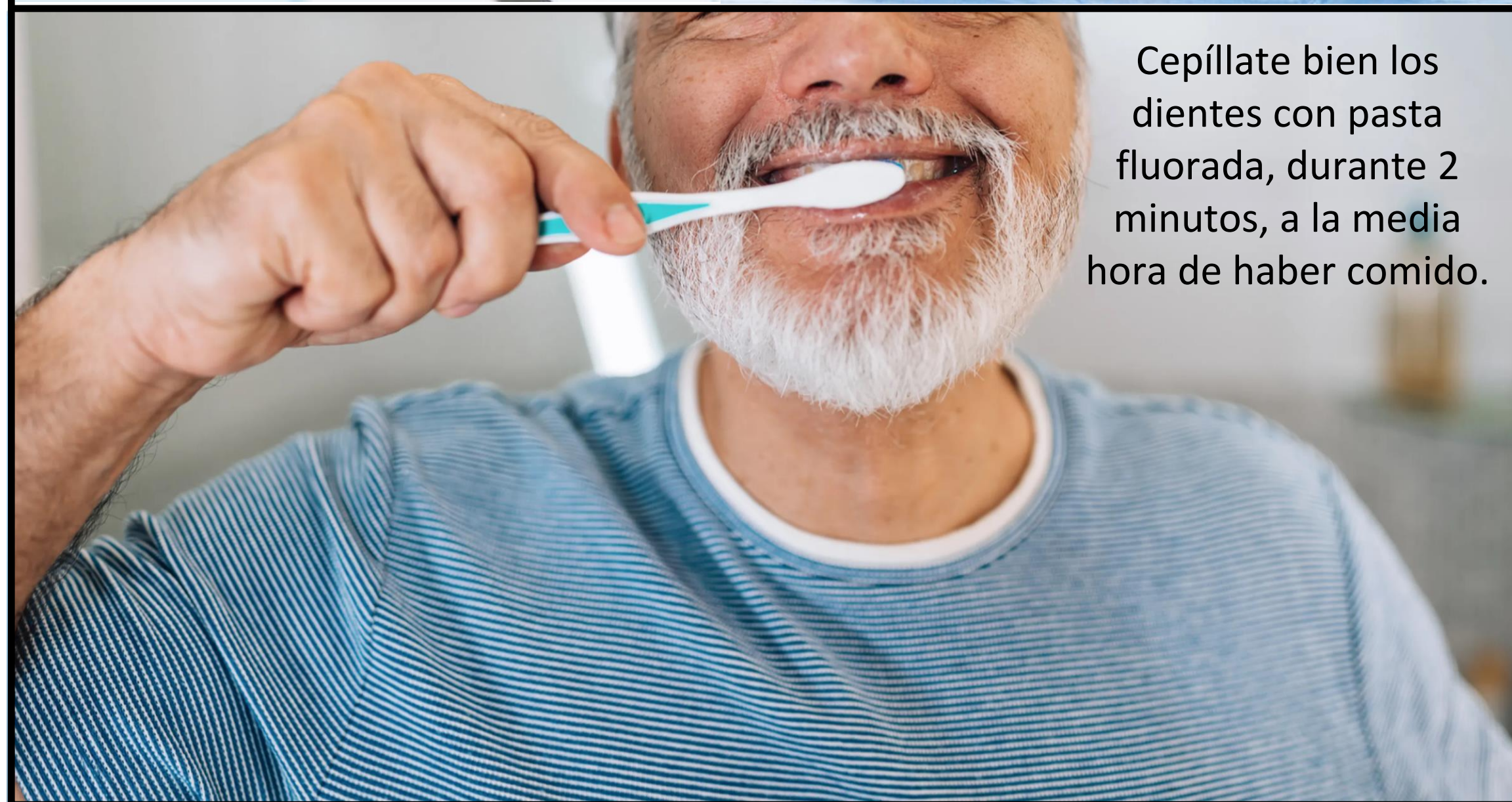




La mucositis puede dificultar comer y tragar. Suele empezar a los 3-10 días de iniciarse el tratamiento.



Mantener una buena higiene bucodental ayuda a prevenir y a tratar la mucositis.



Cepíllate bien los dientes con pasta fluorada, durante 2 minutos, a la media hora de haber comido.



Si tu boca está dolorida, usa mejor un cepillo extra suave y cámbialo cada 3-4 meses o antes si las cerdas se deforman.



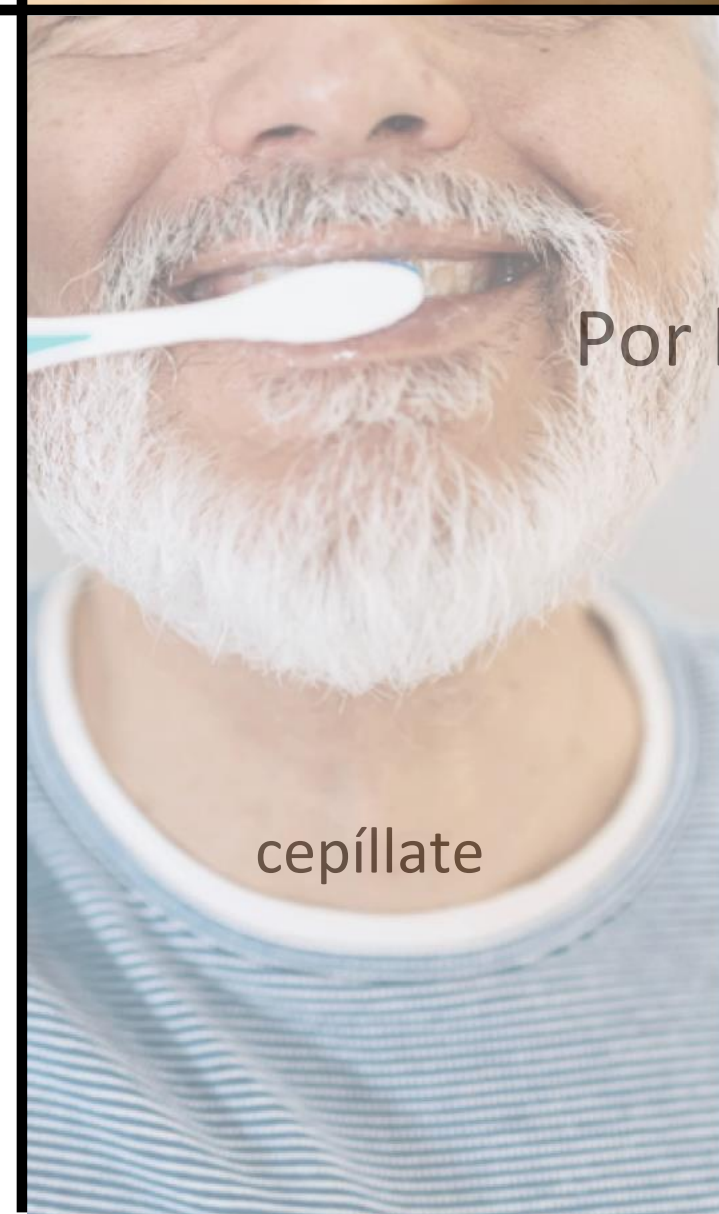
Los enjuagues salinos pueden aliviar tus molestias. Prepáralo poniendo 1 cucharita de sal en 1 litro de agua (4 vasos).



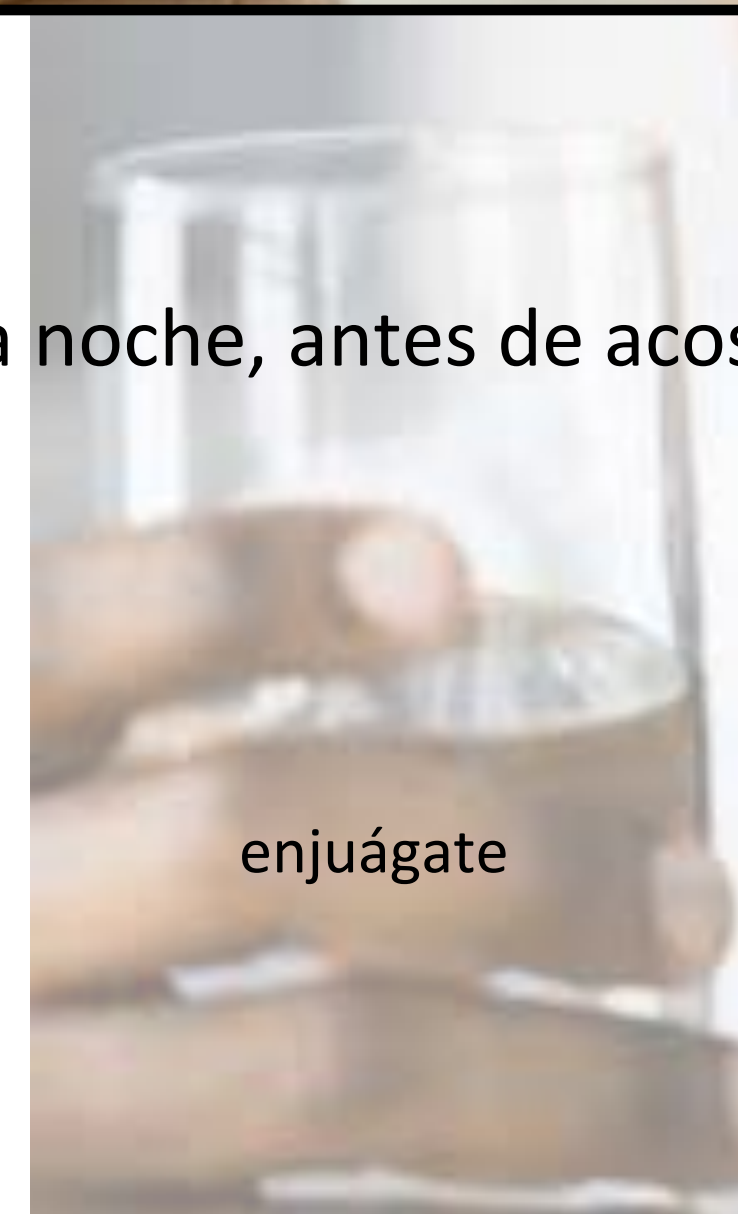
Enjuágate durante 15-30 segundos, 4 veces al día.



Utiliza un hidratante labial de 4 a 6 veces al día pero NUNCA al menos 4 horas antes de la radioterapia.



cepíllate



enjuágate




hidrata tus labios

Por la noche, antes de acostarte:




Si utilizas prótesis removible, puedes seguir usándola mientras no te irrite la boca.



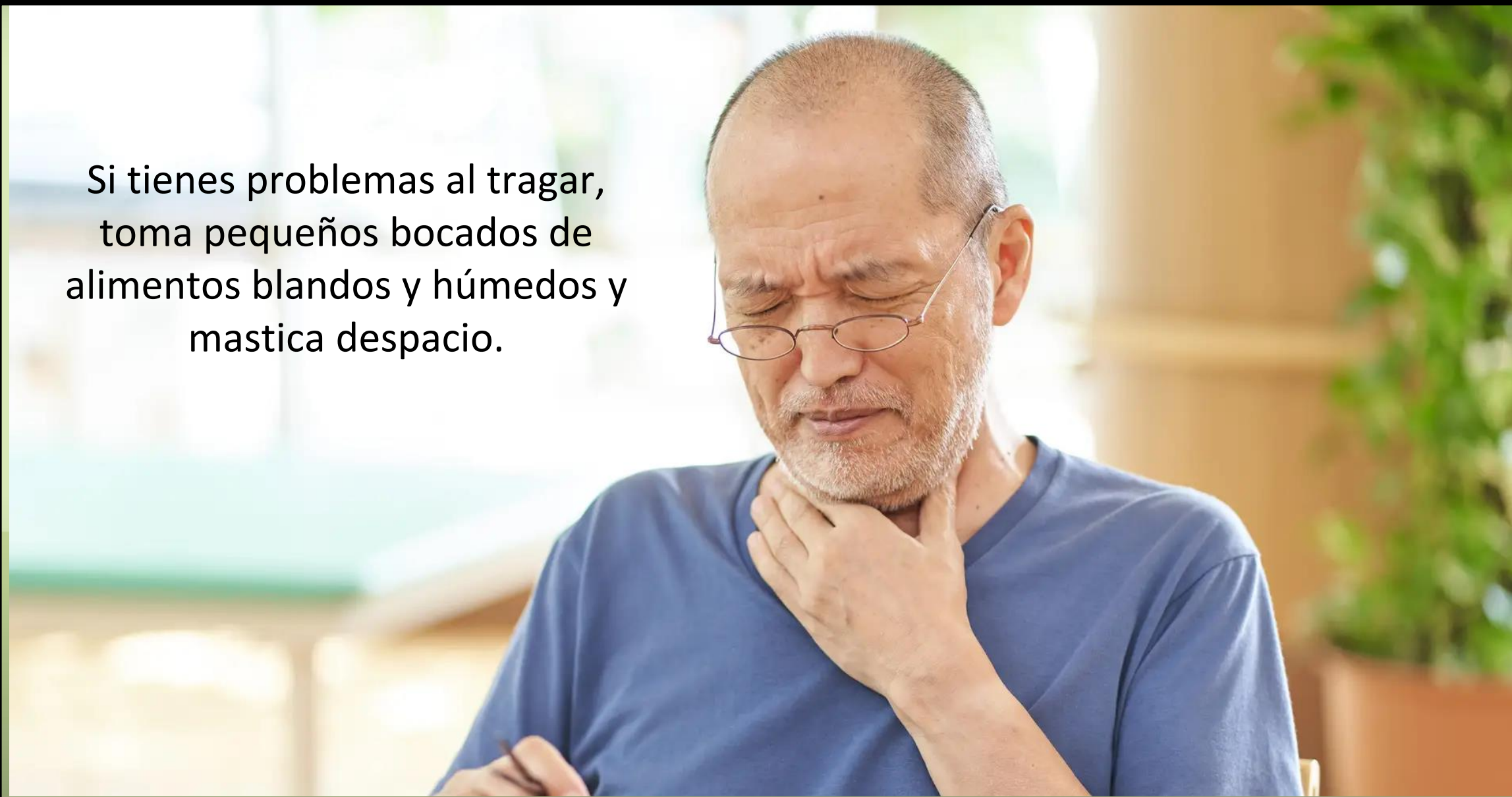
Es muy importante limpiarla bien, cada vez que comas algo.




Si tu boca está irritada, intenta ponerte la prótesis lo menos posible y solo cuando sea imprescindible.



No fumes ni bebas alcohol. Evita alimentos ácidos y picantes así como bebidas demasiado calientes o frías porque empeoran la mucositis.



Si tienes problemas al tragar,
toma pequeños bocados de
alimentos blandos y húmedos y
mastica despacio.



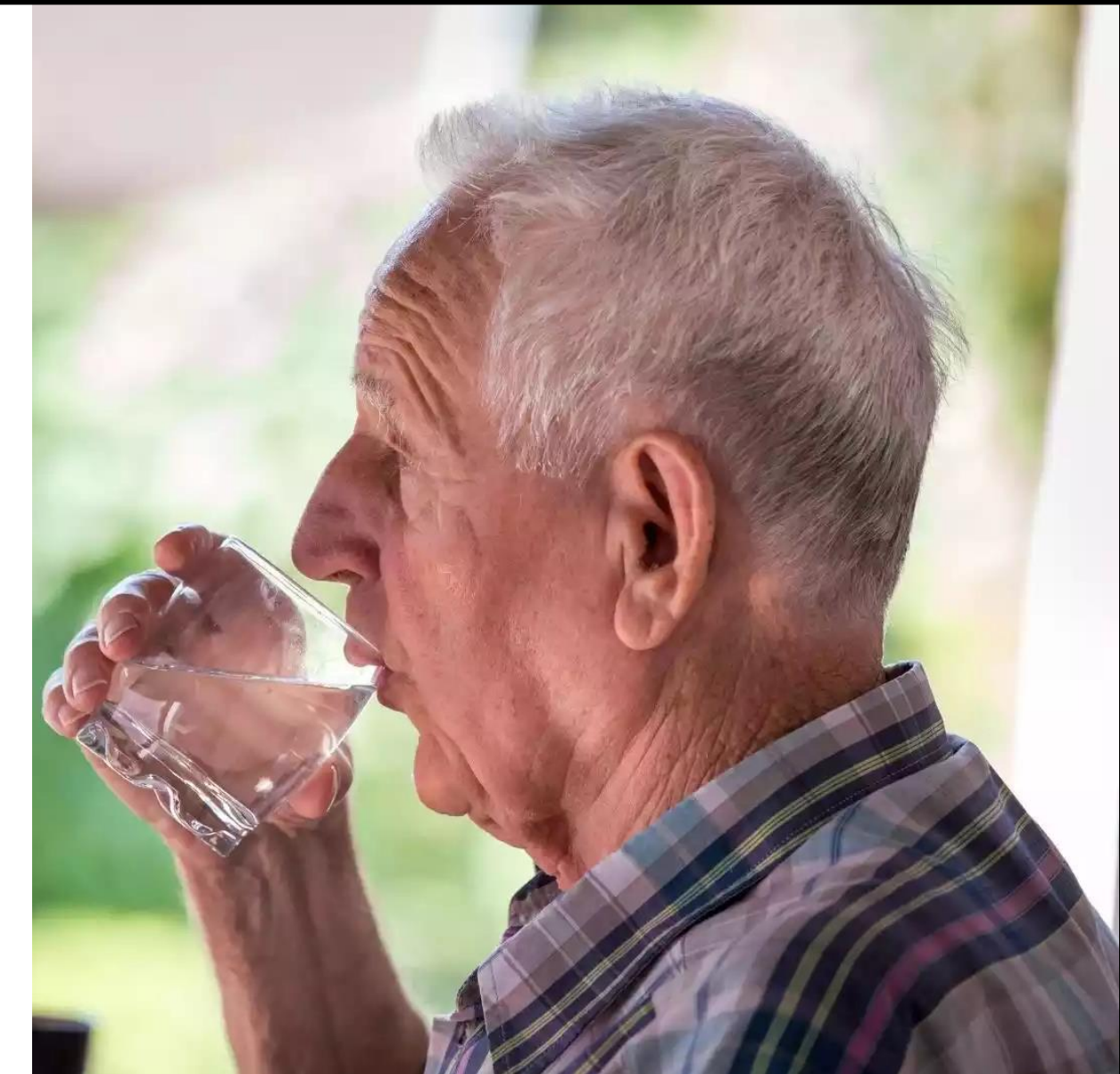
Puedes humedecer
los alimentos con
alguna salsa, leche,
yogur o triturarlos.



Humedecer la boca
bebiendo un sorbo de agua
antes de masticar también
ayuda.

En caso de boca seca, bebe
pequeños sorbos de agua o utiliza
un pulverizador para echarte agua
en la boca a lo largo del día.

Existen preparados que
sustituyen la saliva.
Masticar chicles o
caramelos sin azúcar alivia
la boca seca.



La utilización de un humidificador ambiental, especialmente en el dormitorio, también puede ser de utilidad.



Intenta hacer pequeñas comidas cada 2 o 3 horas en lugar de comidas copiosas

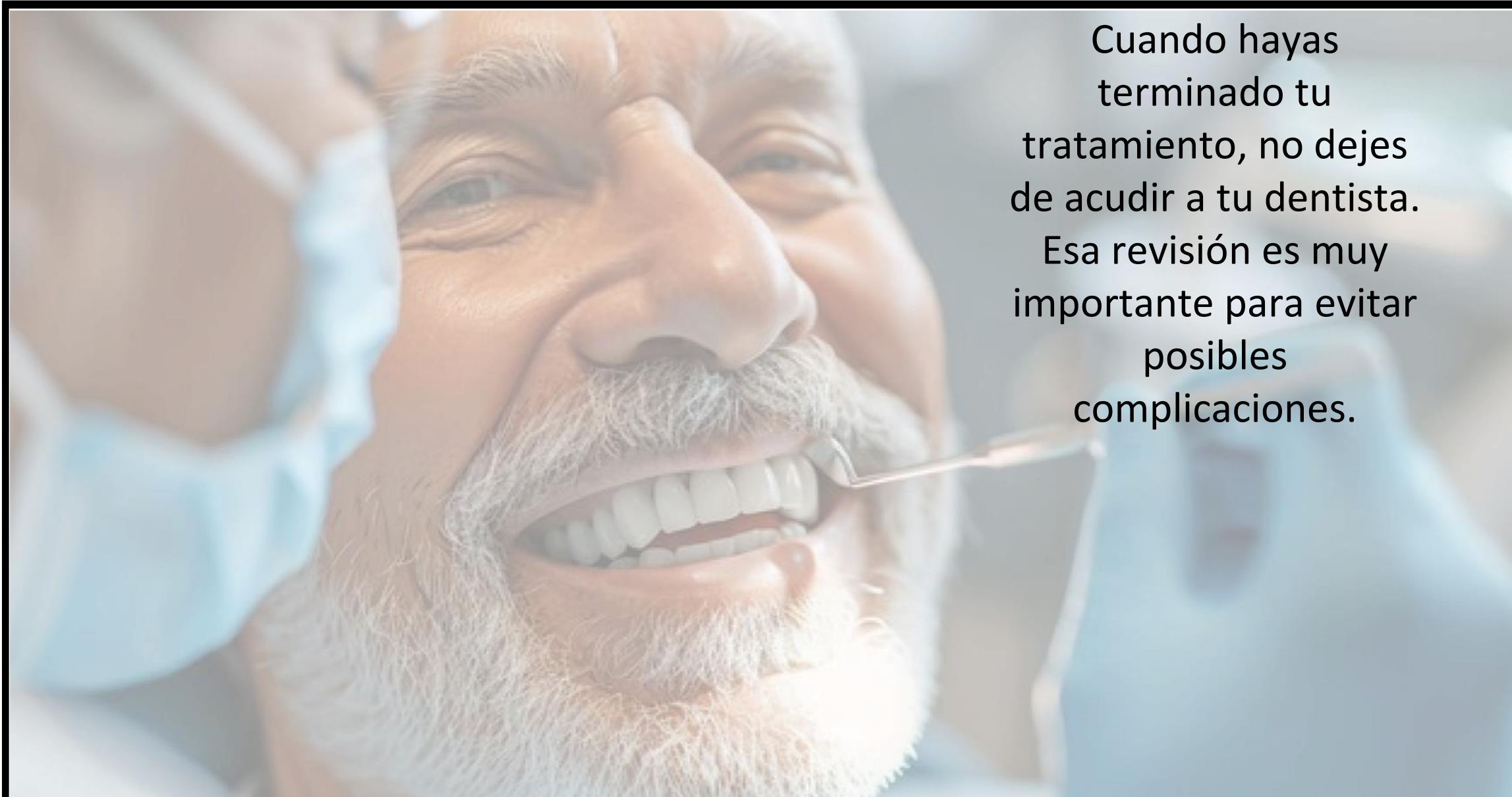


En algunos casos, el médico te podrá recetar suplementos nutricionales y te dará consejos sobre tu alimentación.



Evita las bebidas azucaradas y carbonatadas porque aumentan el riesgo de caries.

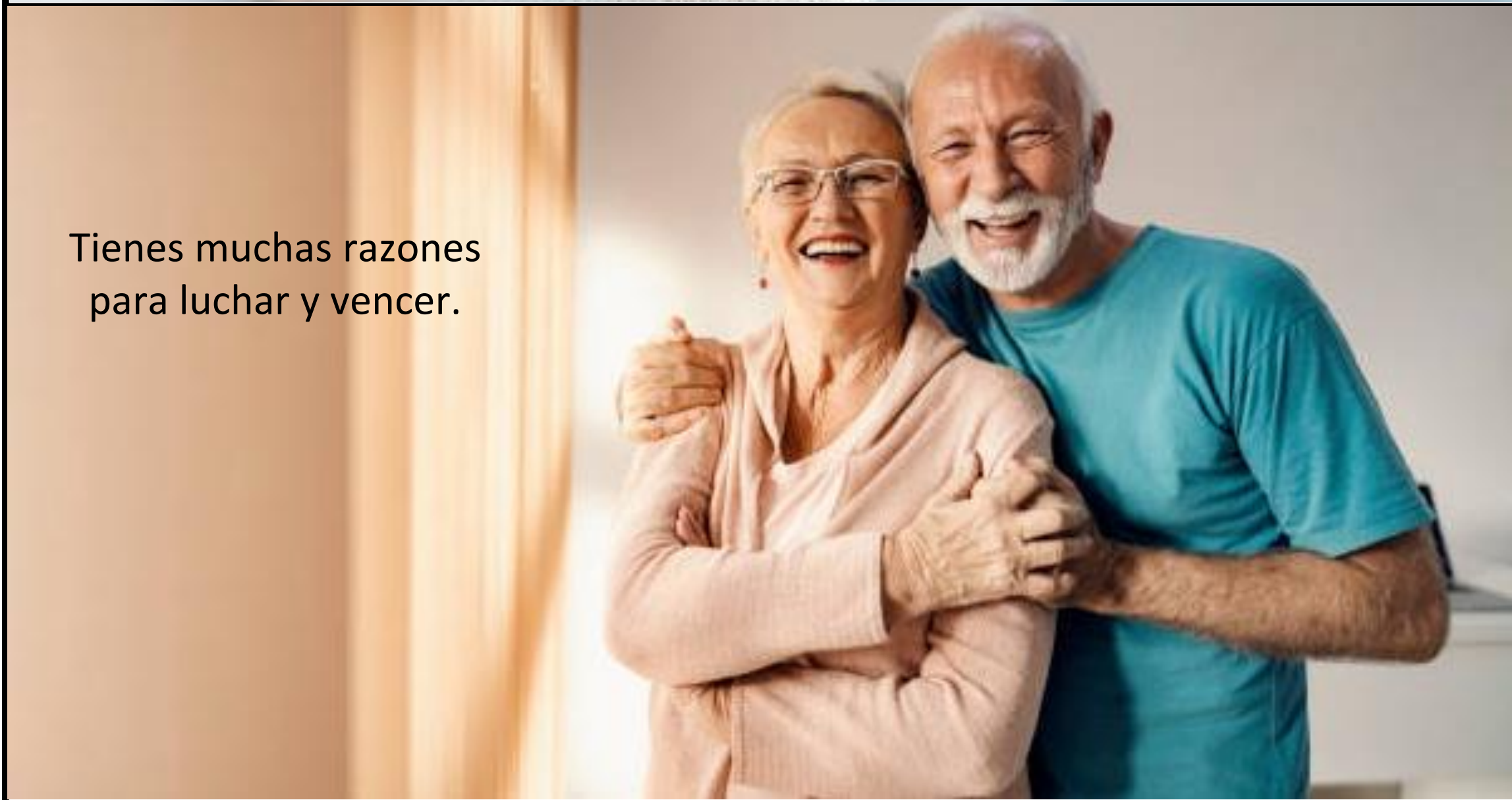




Cuando hayas terminado tu tratamiento, no dejes de acudir a tu dentista. Esa revisión es muy importante para evitar posibles complicaciones.



Recuerda: hay todo un equipo de profesionales para ayudarte.



Tienes muchas razones para luchar y vencer.

Vigila tu boca, evita el Cáncer Oral

CONSEJO DENTISTAS
ORGANIZACIÓN COLEGIAL DE DENTISTAS DE ESPAÑA

FDE
Federación Dental Española

Sociedad Española de Medicina Oral