

۷ تا ۱۴ روز پس از شروع شیمی درمانی و یا پرتومانی به ناحیه دهان، به دلیل کاهش گلبول های سفید در بدن سیستم ایمنی ضعیف شده و مخاط دستگاه گوارش به دلیل التهاب مستعد زخم و عفونت می گردد؛ مخاط دهان چون بیشتر قابل مشاهده هستند شما بیشتر متوجه زخم و آفت ناحیه می شوید. جهت پیشگیری و کنترل این عارضه باید مراقبت هایی به عمل آوردید از قبیل:

- ۱- بهداشت دست ها
- ۲- بهداشت دهان و دندان
- ۳- بهداشت مواد غذایی طی مراحل تهیه، آماده سازی، پخت و مصرف؛ و ...

قبل از شروع درمان، یک دندان پزشک باید وضعیت دهان و دندان های شما را بررسی کند.

علائم و نشانه های التهاب مخاط دهان

۱. احساس سوزش در دهان
۲. مخاط قرمز و تحریک شده دهان
۳. تورم و التهاب زبان
۴. ایجاد زخم هایی در دهان

پیشگیری از زخم مخاط دهان

۱. از مصرف غذاهای تحریک کننده مخاط اجتناب شود (غذاهای داغ، زبر، ترش و تند).
۲. نوشیدنی های الکلی و تنباکو موجب تحریک مخاط می گردند، از مصرف آن اجتناب کنید.
۳. بعد از غذا حتماً دهانتان را با آب ساده بشویید.
۴. بهداشت دهان را رعایت کنید.



۵. با مسواک نرم دهان را تمیز کرده، از خمیر دندان حداکثر به مدت ۹۰ ثانیه پس از غذا و قبل از خواب استفاده نمایید.

۶. می توانید از مسواک بچه یا مسواک نرم یا برس ابری برای شستشوی دندان، لثه ها و روی زبان استفاده کنید.

۷. اجازه دهید مسواک بعد از استفاده در هوا خشک شود.

۸. از نخ دندان حداقل یک بار در روز استفاده کنید.

۹. دهان چهار بار در روز با آب ملایم (محلول نمکی، محلول حاوی جوش شیرین و یا محلول نمک و جوش شیرین) شستشو شود.

۱۰. می توانید خودتان محلول دهان شویه تهیه کنید.

تهیه محلول دهانشویه در منزل

۱. نصف قاشق چای خوری نمک به علاوه نصف قاشق چای خوری جوش شیرین را در دو و نیم لیوان آب جوشیده سرد شده حل کنید و در طول روز استفاده کنید.

۲. شستشوی دهان پس از هر وعده غذایی و هنگام خواب با این محلول، از بروز التهاب مخاط دهان پیشگیری کرده یا آن را تسکین می دهد.

۳. در این محلول نمک مخاط دهان را ضد عفونی می کند و جوش شیرین سبب رفع درد و سوزش ناشی از زخم و آفت دهان می گردد.

۱۱. از محلول های آماده دهان شویه بدون الکل نیز جهت ضد عفونی محیط دهان استفاده کنید.



۱۲. رطوبت دهان را با مصرف مایعات حفظ کنید.

۱۳. از مرطوب کننده های محلول در آب برای محافظت از دهان استفاده شود.

(محلول موکوزامین، ترمیم کننده مخاط دهانی می باشد).

۱۴. با آب نبات ترش یا آدامس، دهان را مرطوب نگه دارید.

۱۵. نرم کننده محلول در آب، مخصوص لب استفاده کنید.

اقدامات درمانی

♥ بر اساس وسعت و شدت استوماتیت:

- ۱- شستشو با محلول دهانشویه بدون الکل.
- ۲- نرم کردن مخاط ضخیم و ترشحات دلمه بسته با منیزیم هیدروکساید (شربت ماستی).
- ۳- شستن دهان با مسکن های موضعی، قبل از هر وعده غذایی برای کاهش درد و تورم (آب + جوش شیرین).

♥ برای رفع خشکی دهان، نوشیدن آب یا آب میوه هایی که ترش نباشند، مصرف آب نبات و آدامس هایی که به صورت مصنوعی شیرین شده اند مثل آب نبات های رژیمی و استفاده از اسپری های بزاق مصنوعی کمک کننده است.

♥ برای خشکی لب ها می توانید از وازلین یا پماد ویتامین A استفاده کنید.

♥ برای کاهش دادن ناراحتی حفره دهان، نوشیدنی های خنک بنوشید و بستنی یخی بخورید.

♥ از دندان مصنوعی فقط برای وعده های غذایی استفاده کنید.

♥ از مصرف غذاهای تند، ترش، خشک و زمخت؛ و نوشیدنی ها و غذاهای خیلی داغ یا خیلی سرد خودداری کنید.





یا من اسمہ دواء و ذکرہ شفاء



راهنمای بیمار

موکوزیت

(التهاب مخاط دستگاه گوارشی)

کد محتوا: ۳۳۶

<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

بچرخانید، چند لحظه دارو را نگه دارید و سپس بخورید.
۱۱. در کودکان و شیرخواران با چوب مخصوص دهان شویه، دارو را در دو طرف دهان بمالید.

۱۲. تا ۳۰ دقیقه بعد از مصرف نیستاتین آب یا غذا میل ننمایید.

شرایط نگهداری

۱۳. تمام اشکال نیستاتین به جز قرص واژینال را باید در دمای ۱۵ تا ۳۰ درجه نگهداری شود.

۱۴. قرص واژینال این دارو را باید در درجه حرارت زیر ۱۵ درجه سانتیگراد حفظ کرد.

۱۵. هیچ کدام از اشکال دارویی نباید یخ بزنند.

۱۶. از رسیدن حرارت یا نور زیاد به این دارو جلوگیری کنید.

در صورت حساسیت مفرط به دارو، منع

مصرف دارد.

تهیه کننده: اکرم یزدانی "کارشناس آموزش سلامت"

منبع: درسنامه پرستاری داخلی جراحی برونر سوارث ۲۰۱۸

مشاور علمی: دکتر علی حاجی غلامی "فوق تخصص انکولوژی"

طراحی و تدوین: محمود نصرافهانی "سوپروایزر آموزش سلامت"

بروز رسانی دفتر آموزش سلامت الزهرا (س) شهریور ۱۳۹۹



♥ علایم عفونت را به پزشک و یا پرستار گزارش کنید؛ زخم های ۳ تا ۴ سانتی متری سفید و نرم، زخم های زرد مایل به قهوه ای، با لبه های مشخص.

♥ از وارد شدن ضربه به مخاط دهان و لثه ها پیشگیری کنید؛ با کاهش میزان خونریزی، میزان حجم خون در گردش را حفظ کنید.

♥ در صورتی که منع مصرف نداشته باشید، ۳ لیتر در ۲۴ ساعت مایعات بنوشید.

نحوه مصرف قطره نیستاتین

۱. ظرف محتوی پودر نیستاتین را تا نصف از آب جوشیده سرد شده پر کنید.

۲. با حرکت دورانی آرام، پودر را حل کنید.

۳. تا خط نشانه ظرف را از آب پر کنید اکنون آماده است.

۴. قبل از مصرف، سوسپانسیون نیستاتین را به خوبی تکان داده تا محلول یکنواختی بدست آید.

۵. ۴ سی سی از قطره را در دهان خود بریزید.

۶. چند ثانیه دارو را در دهان نگه دارید.

۷. سعی کنید دارو به همه مخاط دهان برسد.

۸. قطره نیستاتین یک قطره خوراکی است و خوردن آن سبب می شود از طریق دستگاه گوارش جذب شده، وارد خون شود و خاصیت ضد قارچی خود را اعمال می کند.

۹. اگر دستگاه گوارش شما حساس است، دارو را قرقره کرده دور بریزید.

۱۰. جهت استفاده از سوسپانسیون نیستاتین می توان هر بار نصف از میزان داروی تجویز شده را در یک طرف دهان ریخته، سپس نیم دیگر را در طرف مقابل بریزید، در دهان

