

Mondverzorging

Bij bestraling in het hoofdhalsg gebied

Wordt u bestraald in het gebied van de mond, keelholte of strottenhoofd? Dan is de informatie in deze folder voor u van belang. Deze folder geeft informatie om problemen in de mond, die zich tijdens en ook na de bestraling kunnen voordoen, zoveel mogelijk te voorkomen. Ook als u een kunstgebit heeft, is deze informatie belangrijk. Bij vragen kunt u terecht bij polikliniek Mondziekten, Kaak- en Aangezichts chirurgie van het MCL.

Het belang van mondverzorging

Bestraling in het gebied van de mond heeft invloed op de speekselklieren. Speeksel heeft een belangrijke beschermende functie. De speekselklieren gaan door de bestraling minder speeksel produceren. Hierdoor kunnen er sneller gaatjes in het gebit ontstaan. Bovendien raken het tandvlees en mondslijmvlies gemakkelijker geïrriteerd. Belangrijk is dat u uw mond tijdens maar ook na de bestraling goed verzorgt.

Voor de bestraling

Vóór de bestraling wordt er een röntgenfoto gemaakt van de boven- en onderkaak om na te gaan of er in de kaak ontstekingen en/of verborgen tanden of kiezen voorkomen. Eventuele slechte tanden en kiezen worden verwijderd.

Het is van belang dat uw gebit schoon is voordat de bestraling begint. De mondhygiënist verwijdert eventueel het aanwezige tandsteen en laat u zien hoe u uw mond het beste kunt verzorgen.

Heeft u eigen tanden en/of kiezen, dan worden er ter bescherming van het gebit speciale kappen gemaakt waarmee extra fluoride op het gebit kan worden aangebracht. Fluoride zorgt voor sterk tandglazuur. Deze fluoridekappen worden vanaf de eerste bestralingsdag gebruikt, tot minstens twee jaar na de bestraling en soms levenslang. Dit is afhankelijk van de hoeveelheid en kwaliteit van het speeksel.

Tijdens de bestraling

Tijdens de bestralingsperiode vinden er regelmatig controles bij de mondhygiënist plaats. Tijdens deze controles wordt gekeken naar het mondslijmvlies en wordt de mondholte gereinigd (sprayen). Ook kan de mondhygiënist u helpen bij de mondverzorging.

Fluoridekappen

Voor het slapen gaan, na de dagelijkse mondverzorging, gebruikt u de fluoridekappen. U vult de fluoridekappen met fluoridegel en plaats de kappen over de tanden en kiezen. Na 5 minuten kunt u de fluoridekappen verwijderen en het teveel aan fluoridegel uitspugen. Hierna mag u 60 minuten niet eten, drinken of spoelen.

Als u de fluoridekappen voor het slapengaan gebruikt, kunt u na 5 minuten de fluorideresten uitspugen en gaan slapen. U hoeft dus niet een uur te wachten om dan te spoelen. Op deze manier kan de fluoride de hele nacht inwerken.

Reiniging tanden en kiezen

Poets uw tanden en kiezen tweemaal daags met een tandpasta met fluoride. Gebruik een tandenborstel met zachte haren en een kleine borstelkop. Poetsen met een elektrische tandenborstel mag ook. Reinig eenmaal daags de ruimtes tussen de tanden en kiezen met ragers, stokers en/of floss. Wanneer u problemen heeft met het goed reinigen van uw mond, vraag dan extra advies aan de mondhygiënist.

Reiniging kunstgebit

Tijdens de bestralingsperiode en de eerste maanden daarna is het mogelijk dat het dragen van het kunstgebit pijnlijk is. Draag dan het kunstgebit alleen tijdens het eten. Draagt u voor een langere periode geen kunstgebit, dan kunt u beter het kunstgebit droog bewaren. Dit om de groei van bacteriën in het water te voorkomen. Spoel uw mond na iedere maaltijd grondig met water. Borstel uw kunstgebit schoon. Gebruik geen tandpasta, maar vloeibare -liefst parfumvrije- zeep uit een pompje. Gebruik geen reinigingstabletten; deze zijn erg agressief. Uw tong, verhemelte en binnenzijde van de wangen kunt u driemaal daags reinigen met een gaasje gedrenkt in water of met een zachte tandenborstel.

Problemen

Droge mond

Bestraling van het mondgebied kan een blijvende droge mond veroorzaken. Dit komt door de verminderde werking van de speekselklieren. Kunstspeeksel kan verlichting geven, maar werkt maar voor korte duur. Echt goed is een droge mond niet te bestrijden. Meestal nemen de klachten en verschijnselen na de bestralingsperiode af.

Pijn in de mond en slijmvorming

Bij een pijnlijke mond kunt u meerdere keren per dag spoelen met een zout-soda oplossing (1 afgestreken theelepel zout en een afgestreken theelepel soda oplossen in 1 liter water, dagelijks verversen). Deze zout-soda oplossing werkt slijmoplossend en is niet agressief. Aan de smaak moet u misschien even wennen. Spoelen met kamillethee kan ook verlichting geven. Kamillethee mag ook worden doorgeslikt. U kunt ook uit voorzorg 8-10x daags spoelen met een zout-soda oplossing. Dit om de mond vochtig te houden en een pijnlijke mond zoveel mogelijk te voorkomen.

Kapotte lippen en/of mondhoeken

Uw lippen en mondhoeken kunt u bij irritatie het beste invetten met (steriele) vaseline uit een tube. Een tube is hygiënischer dan bijvoorbeeld een staafje lipbalsem.

Na de bestraling

Als de bestraling voorbij is, vinden de controles bij de mondhygiënist met steeds grotere tussenpozen plaats. De controles vinden tot ongeveer een jaar na de bestraling plaats. Uw eigen tandarts en/of mondhygiënist begeleidt u daarna verder.

Door de bestraling kan de bloedvoorziening van het kaakbot verminderen, waardoor het gemakkelijker ontstoken raakt. Meld uw tandarts daarom dat u bestraald bent in het gebied van de mond.

Als de tandarts of kaakchirurg vraagt naar uw gezondheid, moet u altijd de bestraling noemen.

Als een tand of kies die in het bestraalde gebied ligt, moet worden verwijderd, is het noodzakelijk dat u vooraf een antibioticum krijgt. Dit geldt levenslang.