

Soins de la bouche

Informations destinées aux personnes sous chimiothérapie
ou greffées de cellules hématopoïétiques



L'intérieur de la bouche est tapissé de cellules sensibles aux traitements contre le cancer. Deux à 14 jours après le début des traitements de chimiothérapie, la bouche peut s'inflammer, devenir sèche et sensible. Le plus souvent, cette situation apparaît entre le septième et 10^e jour. De plus, la population de bactéries qui est normalement présente dans la bouche peut changer. Cette modification peut mener à une infection sérieuse. Afin de prévenir ce problème, il faut prendre grand soin de sa bouche.

Conseils généraux

La bouche doit être, propre, humide, non douloureuse et sans infection.

- Examinez votre bouche 1 fois par jour. Regardez l'état des gencives, des dents, de la langue, du palais, des joues et de l'arrière-gorge. Vérifiez la salive, est-elle abondante ou au contraire, plutôt rare. Y a-t-il présence de mauvaise haleine ? Utilisez un miroir et une lampe de poche pour vous aider.
- Rapportez tout changement à une infirmière ou un médecin. Rapportez plus particulièrement :
 - la présence de dépôts blanchâtres ressemblant à du fromage cottage;
 - toute douleur non soulagée;
 - toute difficulté à avaler, à manger;
 - tout changement au niveau de la voix;
 - tout saignement persistant;
 - la diminution ou l'augmentation de salive;
 - la présence de fièvre.

Que faire : Soins préventifs

Dents

- Brosse à dents : utilisez une brosse à dents à poils souples en tout temps. Utilisez de l'eau embouteillée durant la période de neutropénie. Brossez les surfaces des dents pendant 90 à 120 secondes, au moins deux fois par jour. Si vous le pouvez, faites-le quatre fois, soit après les repas et au coucher. Si nécessaire, pour assouplir davantage les poils de la brosse à dents, passez la brosse sous l'eau chaude. Nettoyez-la à l'eau chaude après utilisation. Laissez sécher à l'air libre avant de ranger. Changez la brosse une fois par mois. Si vous ne pouvez tolérer la brosse à dents, utilisez une brosse éponge ou encore une compresse enroulée autour d'un doigt. La brosse éponge est un bon choix en présence de saignements. Brossez la langue aussi;
- Le dentifrice est optionnel puisqu'il peut causer des brûlements. Utiliser un dentifrice non abrasif avec fluorure;
- Soie dentaire : utilisez quotidiennement la soie dentaire. Soyez délicat si vos plaquettes sont plus basses. Cesser l'utilisation si les plaquettes sont inférieures à 20 000/mm³ ou si un saignement des gencives se prolongeait au-delà de 2 minutes ou en cas de traumatismes des gencives.

Prothèses dentaires

- Porter selon tolérance et selon l'état de santé de la bouche. Les retirer au moins huit heures par jour;
- Nettoyer au minimum quotidiennement et idéalement 2 fois par jour à l'aide d'une brosse à dents;
- Renouveler régulièrement la solution de nettoyage du contenant;
- Faites tremper les prothèses dans la solution de rinçage de votre choix dans un contenant muni d'un couvercle. Bien les rincer avant de les remettre.

Gargarisme

- Gargarisez vous aux 4 à 6 heures avec du normal salin/ sérum physiologique ou une solution maison d'eau salée pendant au moins 30 secondes. À la maison, utiliser 1 c. à thé de sel dans un litre d'eau préalablement bouillie et refroidie. Le gargarisme doit être changé à chaque jour. L'utilisation du gargarisme devrait se faire 4 fois par jour minimalement. Faites-le après les repas s'il n'y a pas eu brossage de dents. Augmenter la fréquence s'il y a apparition de problèmes tels que douleur, rougeur ou ulcère. Lors de problèmes sérieux, vous pouvez augmenter à 1 fois par heure ou aux 2 heures durant le jour et même la nuit, si vous êtes éveillé, faites-le une fois;
- La régularité est essentielle;
- **N'utilisez pas de gargarismes commerciaux.**

Lèvres

- Appliquez régulièrement une couche mince de gelée lubrifiante soluble à l'eau (type muco).

Particularités pour la personne greffée

Votre condition de santé requiert le maintien de bons soins buccaux pendant toute votre vie. En effet, la diminution de salive associée aux traitements peut se prolonger. Vous risquez davantage de développer des caries dentaires que la population en général. De plus, une complication qui est la maladie du greffon contre l'hôte (GVH) peut amener des changements au niveau de la bouche qui accroissent le risque d'infection.

Par ailleurs, il faudra visiter votre dentiste une à deux fois par an.

Des traitements au fluorure peuvent être recommandés. Informez le dentiste que vous êtes greffé afin qu'il puisse vous accorder le suivi nécessaire.

Hôpital Maisonneuve-Rosemont

Adresse postale

5415, boul. de l'Assomption
Montréal QC H1T 2M4
Téléphone : (514) 252-3400
www.maisonneuve-rosemont.org

Tous droits réservés
© HMR, 2011

CP-ONC-028