

## POTILASOHJE

### SUUNHOITO

Syövän ja hematologisten lääkehoitojen alkaessa **suun ja hampaiston kunto** olisi hyvä tarkistaa hammaslääkärissä, jotta mahdolliset saneeraukset tulisivat hoidettua.

**Suun limakalvo saattaa vaurioitua lääkehoitojen seurauksena.** Suu kuivuu, siihen voi ilmaantua kipua, punotusta ja haavaumia tai infektoita. Jos saat solunsalpaajahoitoa, suutulehdus ilmaantuu yleensä 3-7 päivän kuluessa hoidoista.

Suutulehduksen ehkäisy ja hoito ovat tärkeitä, koska hoitamattomana ne voivat aiheuttaa tulehduksen leviämisen muualle elimistöön. Avainasemassa on suun puhdistaminen. **Hyvällä suuhygienialla** voidaan ehkäistä suun vaurioitumista. Hampaat harjataan pehmeällä harjalla varovasti aamuin illoin joka päivä. Voimakkaita hammastahnoja ja alkoholia sisältäviä suuvesiä tulee välttää, koska ne ärsyttävät ja kuivattavat suun limakalvoja. Hampaista vahvistavan fluorin ja ksylitolin turvaamiseksi voi hankkia apteekista mietoa vaahtoamatonta fluorihammastahnaa tai muita fluorivalmisteita.

Hammasteesien kannattaa käyttää mahdollisimman vähän suutulehduksen aikana. Proteesien huolellinen puhdistaminen on ensiarvoisen tärkeää.

Suun voitelemisen ruokaöljyllä/oliiviöljyllä/Aqualan-suihkeöljyllä auttaa suun kuivuuteen. Rungas nesteiden nauttiminen edistää suun limakalvojen hyvinvointia. Soseutettujen, viileiden ja miedon makuisten ruokien nauttiminen ja happamien ruokien, alkoholin ja tupakan välttäminen vähentävät oireita. Kamomillatee sekä hunaja rauhoittavat suun limakalvoja. Ksylitolipurukumi lisää syljen eritystä ja vähentää suun happamuutta.

#### **Käytä lääkehoitojen aikana suun huuhtelu-ohjetta ehkäisemään ja hoitamaan suuoireita:**

- ¼ teelusikallista suolaa ja ¼ teelusikallista soodaa lasilliseen keitettyä vettä
- purskuttele suu jokaisen aterian jälkeen

Jos suun limakalvot ovat kipeät, voit käyttää sinulle määrättyä kipulääkettä ja/tai puuduteainetta (lidokaiinisuihke).

Suun limakalvojen hoitoon/kostutukseen voidaan käyttää apteekista saatavia reseptivapaita valmisteita.

Suun limakalvoille voi tulla pieniä rakkoja (aftoja); Aftab-tabletti kiinnitetään kipeään limakalvon kohtaan. Valmistetta on saatavilla myös geelinä ja suihkeena (Aftex). Molemmat valmisteet ovat reseptivapaita.

Jos ylläolevat eivät riitä, lääkäri voi kirjoittaa sinulle reseptin kolmoisgeelistä (sisältää mm. puuduttavaa lääkeainetta) tai nelosgeelistä.

Hoidot voivat aiheuttaa bakteeri-, sieni- ja virustulehduksia, joita hoidetaan mikrobilääkkeillä joko paikallisesti tai vaikeissa tulehduksissa tablettikuureilla.

[Keski-Pohjanmaan sosiaali- ja terveystalvelukuntayhtymä](#) | [Mellersta Österbottens social- och hälsövärdssamkommun](#)