

口腔病變

(Les lésions de la bouche)

化療期間，口腔和胃腸道粘膜（即覆蓋人體腔道內壁的膜）的更新可能受到影響。這會引起口腔和胃腸道內部出現病變，如口腔潰瘍、紅腫和疼痛等。

這些病變在醫學上被稱為**粘膜炎**（粘膜發炎）或**口腔炎**（口腔粘膜炎）。

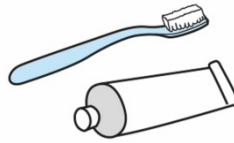
口腔炎雖然痛苦，並可能影響進食，但其症狀是暫時的。

您可以採取一些保護口腔的預防措施，以控制炎症的出現。

應該採取的措施

預防性：

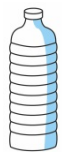
- 用餐後，用醫師為您開的或您自製的漱口水漱口（建議的自製漱口水配方：一小勺鹽和兩小勺小蘇打加一升蘇打水混合均勻）。
- 保持口腔和牙齒的清潔衛生。



- 在開始治療前，讓牙醫對您的口腔進行檢查。
- 每餐後用軟毛牙刷刷牙，全天至少刷牙三次。
- 使用牙間刷清潔牙縫，注意避免牙齦出血。
- 如果您佩戴假牙，請在早晚每餐後加以清洗，並在夜間摘掉。

出現口腔粘膜炎時：

- 口含冰塊、碎冰、冰棒、果汁冰糕或薄荷糖。
- 多喝水，每天至少 2 升（可以是礦泉水、茶、花草茶、可樂飲料等）
- 選擇軟爛的食物或用攪拌機攪碎的食物。
- 請您的醫師為您推薦營養補充品（如湯、奶油製品、乳飲料、果汁等）。
- 使用非常滋潤的潤唇膏（含羊毛脂、凡士林或可哥脂等成份）保護唇部。



應該避免的飲食或生活習慣



- 堅果、格呂耶爾芝士和鳳梨：這類食物可能誘發口腔潰瘍。
- 含有酒精的漱口水：這類漱口水可以讓口腔粘膜變乾燥，並引起燒灼感。
- 菸草和酒精：特別是治療後的幾週內。
- 過辣或過酸的食物（如檸檬汁、維納格雷酸醋沙司、芥末等）、過乾、過脆或過硬的食物。



如果您開始感到口內疼痛，請及時告知您的醫師，以得到適當的治療。