



Suupolteoireyhtymä

Tämä ohje on tehty ohjeeksi suupolteesta kärsivälle potilaalle. Suupolte vaivaa erityisesti keski-ikäisiä ja ikääntyviä naisia ja keskimäärin 0,75 – 15% väestöstä sairastaa suupolteetta.

Suupolteelle on ominaista polttava, usein symmetrisesti esiintyvä kipu tai kuuman tunne huulissa, kielessä, poskissa tai suulaessa. Tilaan voi myös liittyä myös muita oireita, kuten suun kuivuutta, metallin makua suussa, tunnottomuutta, aristusta tai kiusallista tuntemusta suun limakalvoilla. Kipu on usein lievintä aamuisin, mutta pahenee päivän mittaan. Suusta ei tutkimuksesta huolimatta löydy mitään selittävää, näkyvää suuta tuntemuksille. Tärkeää on hyväksyä se, että suupolte on pitkäaikainen tila, joka voi kestää vuosia ja sen kanssa tulisi pyrkiä tulemaan toimeen. Oireita saadaan usein lievennettyä tarjolla olevilla hoitomuodoilla.

Suupolteen diagnosointi perustuu huolelliseen tutkimiseen ja muiden syiden poissulkemiseen. Tarvittaessa tehdään laboratoriotutkimuksia.

Mikä aiheuttaa suupolteoireyhtymän?

- aiheuttaja tunnetaan huonosti
- tutkimuksissa on esitetty, että kielen maku- tai lämpötila-aistimusten välittyminen aivoihin on muuttunut
- jos kipu johtuu hermojen viallisesta toiminnasta, puhutaan neuropaattisesta kivusta oireiden vaikutuksesta hormonituotanto voi muuttua, mikä johtaa unihäiriöihin, väsymykseen ja masennukseen
- säännöllinen hammaslääkärin tarkastus on tärkeää, jotta voidaan tutkia myös limakalvot
- suun polttelu voi johtua myös muista taudeista tai puutostiloista, kuten suun sienitulehduksesta
- polttelu ei ole yleensä merkki suusyövästä, mutta paikallinen toispuoleinen kipu saattaa toisinaan olla suusyövän ensioire

Mitä voin tehdä oireiden helpottamiseksi?

Suun riittävästä kosteutuksesta kannattaa huolehtia juomalla vettä, pureskelemalla ksylitolilla makeutettua purukumia tai käyttämällä apteekista saatavia suun kostuttamiseen tarkoitettuja tuotteita, tähän tarkoitukseen käy myös ruokaöljy. Jos oireiden takia ei jaksa innostua asioista, joita on ollut tapana tehdä, voi hakea apua esimerkiksi psykologeilta, he ovat erikoistuneet tukemaan myös tämänkaltaisten oireiden kanssa eläviä. Usein tieto siitä, että suupolte ei ole vaarallinen tauti, auttaa.