

Syöpähoitojen vaikutus suun terveyteen ja suun omahoitovinkkejä

Hammaslääkärin tarkastukseen hakeutuminen ennen syöpähoitojen aloitusta

Hampaat tulisi tarkistuttaa ennen solunsalpaajahoidon aloittamista, jos edellisestä tarkistuksesta on kulunut yli 6 kuukautta tai hampaissa/suussa on oireita.

Hammaslääkäri tekee huolellisen suun ja hampaiden tutkimuksen. Hän tutkii hampaiden kiinnityskudokset ja suun limakalvot sekä ottaa tarvittavat röntgenkuvat.

Korjauskelvottomat hampaat poistetaan, suun infektiot hoidetaan, hammasproteesien istuvuus tarkistetaan ja mahdolliset painokohdat hiotaan. Parodontiitti eli hampaan kiinnityskudossairaus on usein kariksen lisäksi hampaanpoiston syynä.

Voit hakeutua tutkimukseen joko omalle yksityishammaslääkärille tai oman kunnan terveyskeskuksen hammashoitolaan. Jos korjaavalle hammashoidolle on tarvetta syöpähoitojen aikana, ota yhteyttä oirehoitajaan p. 627 3732 ma-pe 9:00-14:30.

Omahoito

Päivittäisen hampaiden pesun lisäksi suuta olisi hyvä puhdistaa jokaisen aterian jälkeen huuhtomalla suu huolellisesti vedellä, soodasuolavedellä; ¼tl ruokasoodaa ja ¼tl suolaa lasilliseen haaleaa vettä tai suolaliuksella; 1tl suolaa litraan vettä.

Suun kuivumisen ehkäisyyn voidaan käyttää oliivi- tai parafiiniöljyä tai keinotekoista sylki-valmistetta esimerkiksi BioXtra® tai Bioténe®. Dekspantenolivoidetta voidaan laittaa suupielihaavaumiin 3-4 kertaa päivässä. Pehmeä hammasharja suositellaan vaihtamaan kuukauden välein tulehdusten välttämiseksi.

Hammasproteesit säilytetään kuivina yön yli, jolloin sienet kuolevat. Proteesit voidaan lisäksi puhdistaa kerran viikossa tai kuukaudessa liottamalla niitä 5-prosenttisessä etikkaliuksessa, minkä jälkeen ne tulee harjata pehmeällä harjalla ja huuhtoa huolellisesti vedellä.

Ruuan olisi hyvä olla pehmeää, sosemaista tai nestemäistä, jos suu on kipeä tai limakalvot ovat vaurioituneet. Kylmä, mieto, vähähappoinen ja vähäsuolainen ruoka ärsyttää vähemmän. Alkoholin ja tupakan käyttöä tulisi välttää solunsalpaajahoidon aikana suun limakalvo-ärsytysten vuoksi.

Satakunnan hyvinvointialueen hammashoitoloiden yhteystiedot

Satakunnan hyvinvointialue, Eteläinen

(Rauma, Eurajoki, Säkyä, Eura)

- Rauma ja Eurajoki 02 835 2820
- Säkyä 050 554 3571
- Eura 02 839 80476

Satakunnan hyvinvointialue, Läntinen

(Pori, Ulvila, Luvia)

- 02 621 3625

Satakunnan hyvinvointialue, Keskinen

(Harjavalta, Nakkila, Kokemäki, Huittinen)

- Harjavalta, Nakkila ja Kokemäki 02 677 3315
- Huittinen 044 772 8380

Satakunnan hyvinvointialue, Pohjoinen

(Kankaanpää, Jämijärvi, Honkajoki, Siikainen, Pomarkku, Karvia, Lavia, Merikarvia)

- Kankaanpää, Jämijärvi, Honkajoki, Siikainen, Pomarkku ja Karvia 02 577 3550
- Lavia ja Merikarvia 02 621 3625