

Suun ja kaulan sädehoitoa saavan suunhoito

Suuontelon ja nielun sädehoito aiheuttaa limakalvo-oireita: punoitusta, turvotusta, limakalvojen rikkoutumista ja kipua. Syljen erityös vähenee ja makuu muuttuu. Suu on altis tulehduksille. Oireet ilmenevät noin kahden viikon kuluttua sädehoidon alusta. Huono suuhygienia ja tupakointi pahentavat ja pitkittävät oireita. Tehostettu suun ja hampaiden hoito sekä hyvä ravitsemus helpottavat haittavaikutuksia ja mahdollistavat sädehoidon.

Suun kuivuutta voit helpottaa:

- kostuttamalla suuta useasti vedellä
- ja/tai ruokaöljyllä.

Hampaiden hoito

- pese hampaat pehmeällä hammasharjalla vähintään kaksi kertaa vuorokaudessa
- ota hammasproteesi pois yön ajaksi ja suun hoitojen yhteydessä
- harjaa proteesi kaksi kertaa päivässä proteesiharjalla.

Keittosuolapurskuttelut

Purskuttelu puhdistaa suun limakalvoja, irrottaa limaa ja ehkäisee suun tulehduksia.

Valmistus: teelusikallinen suolaa ja litra kiehuvaa vettä, jäähdytä liuos.

- ruokailun jälkeen 10 - 20 ml
- ennen suun paikallishoitoja
- useita kertoja päivässä.

Limakalvopuudute tarvittaessa (reseptilääke)

Puudute (kurlausvesi tai geeli) auttaa nielemiskipuun.

- välittömästi ennen ateriaa
- 5-10 ml, purskuttele suussa hetken aikaa ja niele loput.

Hiivalääke tarvittaessa (reseptilääke)

Ota: 1ml:n annos ja anna sen jäädä vaikuttamaan suun limakalvoille.

1. syömisen jälkeen, kun olet huuhdellut suun
2. yöksi
3. yhteensä neljä kertaa päivässä.

Toimi näin:

- 1/2h ennen ateriaa: keittosuolapurskuttelu ja kipulääke tarvittaessa
- välittömästi ennen ateriaa: limakalvopuudute tarvittaessa
- aterian jälkeen: keittosuolapurskuttelu ja mahdollinen hiivalääke
- yöksi: keittosuolapurskuttelu ja mahdollinen hiivalääke

Satakunnan sairaanhoitopiiri • www.satasairaala.fi • Vaihde 02 627 71

Vaasan sairaanhoitopiiri • www.vaasankeskussairaala.fi • Vaihde 06 213 1111

Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri • www.vsshp.fi • Vaihde 02 313 0000