



Què has de saber de la **mucositis?**

La mucositis és una inflamació dolorosa que pot arribar a ulceració de les membranes de la mucosa digestiva. És un efecte secundari de les teràpies oncològiques no quirúrgiques: quimioteràpia i radioteràpia.

Depenent del grau pot ser més o menys dolorosa i pot arribar a comprometre l'alimentació.

ABANS DEL TRACTAMENT



- Revisió odontològica, genives, càries, restaurar zones aïllades o punxants, pròtesi.
- Educació de la higiene bucal.
- Bon estat nutricional i d'hidratació.

RECOMANACIONS D'HIGIENE



- Seguiment odontològic periòdic.
- Higiene bucal rigorosa: mínim 3 cops al dia, amb raspall suau i dentífric millor no mentolat.
- Neteja de la zona interdental (fil dental o raspallets específics).
- Glopear amb molta regularitat. Per exemple amb solució salina 0.9% i una cullerada de bicarbonat/litre per contrarestar acidesa, o col·lutoris sense alcohol.

HIDRATACIÓ



- Beure molt líquid, si cal amb canya.
- Mantenir una bona hidratació tant de la mucosa com dels llavis.
- Utilitzar salives artificials si hi ha xerostomia.
- Xiclets sense sucre o caramels de llimona per a l'estimulació de saliva.
- Productes barrera: esprais o gels filmògens d'àcid hialurònic.

MESURES HIGIENICODIETÈTIQUES



- Menjar aliments tous, suaus, no picants, no espècies, no cítrics.
- Prendre aliments freds com el iogurt o els gelats.
- Seguir una bona alimentació. Si cal, prendre's un suplement proteic.
- No tabac ni alcohol.
- Si utilitzes pròtesi dental, només fes-la servir durant els àpats

CONSULTA AL METGE SI...



- Apareixen úlceres per evitar possibles infeccions
- Evidència d'una mala nutrició
- Si hi ha molt de dolor
- Si no tens una bona alimentació
- Si no pots menjar bé



**El teu farmacèutic és sempre al teu costat
per resoldre les teves consultes i els teus dubtes**