

5. Kumur mulut dan kerongkong sekurang- kurangnya 6 kali sehari, iaitu selepas bangun pada waktu pagi dan setiap kali selepas makan. Gunakan ubat kumur yang tidak mengandungi alkohol.
6. Gunakan air liur tiruan (boleh didapati di farmasi) untuk elakan mulut kering.
7. Gunakan pelembap bibir untuk elakkan bibir merekah.
8. Minum air dengan kerap lebih kurang 8 gelas setiap hari.
9. Makan makanan seimbang yang mengandungi protin, sayur-sayuran dan buah- buahan.

Jika masalah mulut berlaku...

1. Kumur mulut dengan larutan sodium bikarbonat (boleh dibeli di farmasi) sekurang- kurangnya 6 kali sehari.
2. Gunakan kapas atau kain lembut untuk bersihkan mulut jika tidak boleh berus gigi.
3. Gunakan ubat Lignocaine Viscous (boleh didapati di farmasi) sebelum makan untuk kurangkan kesakitan pada mulut.
4. Elakkan makanan pedas, berempah dan panas.
5. Elakkan merokok atau minuman beralkohol.
6. Hisap ketulan ais batu untuk keselesaan mulut.
7. Datang berjumpa dengan doktor jika masalah mulut tidak kurang atau baik dalam masa 2-3 minggu dan jika ia bertambah teruk.

Rujukan

1. Management of Oral Complications During and After Chemotherapy and Radiation.
2. <http://Therapy.cancer.gov/cancertopics/pdq/supportivcare/oralcomplications> Patient.
3. <http://www.medscape.com>. Chemotherapy-Induced Oral Mucositis: Mucositis Complicates Chemotherapy

Jumpa doktor jika terdapat bengkak, kulit kemerah-merahan, gatal atau tanda-tanda jangkitan di bahagian mulut supaya rawatan awal dapat dilakukan.

Disediakan Oleh

Wad 9U

Tel : 03-79492256

Sebarang Pertanyaan Sila Hubungi

Perkembangan Kejururawatan, Tingkat 8, Menara Utama
Pusat Perubatan Universiti Malaya, 59100 Kuala Lumpur

Tel : 03-79492376/ 2931/ 2798/ 2412

Hak milik Pusat Perubatan Universiti Malaya 2012



**PENJAGAAN MULUT
SEMASA MENJALANI
RAWATAN RADIOTERAPI
DAN KEMOTERAPI**

APA ITU KEMOTERAPI?

Merupakan pemberian ubat sitotoksik . Ia membunuh sel kanser secara sistemik termasuk sel- sel yang sihat

APA ITU RADIOTERAPI?

Merupakan penggunaan kuasa sinaran yang lebih tinggi untuk membunuh sel kanser. Membunuh kanser pada tempat terhad.

Kesan sampingan radioterapi dan kemoterapi

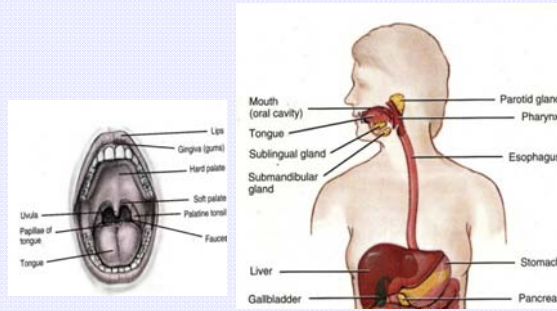
- ◆ Kurang selera makan.
- ◆ Kurang berat badan.
- ◆ Mual dan muntah.
- ◆ Kehilangan rambut.
- ◆ Kulit bertukar menjadi gelap dan kering.
- ◆ Sakit badan.
- ◆ Letih lesu.
- ◆ Masalah Mulut

Bagaimana Masalah Mulut Berlaku

Kemoterapi dan radioterapi kebiasaannya akan memusnahkan sel- sel yang cepat membiak terutama sel- sel kanser yang tumbuh dengan cepat. Sel- sel di mulut dan saluran pemakanan juga merupakan sel- sel yang cepat tumbuh, oleh itu sel- sel di mulut akan turut di musnahkan membawa kepada pelbagai jenis masalah mulut.

Dimanakah masalah mulut akan berlaku?

Masalah mulut biasa akan berlaku di bahagian mulut iaitu bibir, gusi, lelangit, lidah, bahagian dalam pipi dan sehingga keseluruhan saluran pemakanan.



Jenis masalah mulut.

- ◆ Kekeringan pada mulut.
- ◆ Mulut berbau.
- ◆ Bibir merekah.
- ◆ Ulser / luka pada mulut.

Bilakah masalah mulut akan berlaku?

Masalah mulut akan berlaku 1-2 minggu selepas rawatan bermula. Dalam masa ini penjagaan kebersihan mulut amat penting. Jika semua nasihat penjagaan mulut diikuti masalah mulut akan berkurangan dan akan baik pulih dalam masa 2-3 minggu selepas rawatan.

Faktor risiko masalah mulut.

- ◆ Dos dan kekerapan rawatan radioterapi.
- ◆ Dos dan jenis ubatan kemoterapi.
- ◆ Merokok semasa rawatan kemoterapi dan radioterapi.
- ◆ Pengambilan minuman beralkohol.
- ◆ Kurang penjagaan kebersihan mulut.
- ◆ Umur: golongan tua lebih berisiko tinggi.

Komplikasi masalah mulut.

- ◆ Gangguan fungsi mulut seperti kurang sensasi rasa, sukar bercakap, susah mengunyah dan menelan makanan.
- ◆ Rasa sakit dan tidak selesa.
- ◆ Kurang nutrisi dan risiko dehidrasi kerana kurang pengambilan makanan.
- ◆ Risiko jangkitan.

Jagaan masalah mulut.

- ◆ Lakukan pemeriksaan gigi dengan doktor gigi sebelum rawatan.
- ◆ Lakukan pemeriksaan mulut dengan sendiri menggunakan cermin kecil untuk mengesan sebarang tanda masalah mulut.
- ◆ Berus gigi dengan berus gigi yang lembut (berus gigi kanak-kanak) dan jangan gosok gigi dengan kuat.
- ◆ Guna ubat gigi tanpa perisa dan pastikan ubat gigi itu mengandungi florida. Gunakan ubat gigi yang tidak memedihkan.