

Afdeling
**Radiotherapie
Oncologie**

INFORMATIE VOOR DE PATIËNT

Mond- en tandzorg



Inhoud

1.	Mond- en tandproblemen	3
2.	Aanbevelingen vóór de bestraling	3
3.	Aanbevelingen tijdens de bestraling	3
4.	Aanbevelingen betreffende gebruik van fluoridekapjes	5
5.	Aanbevelingen na bestraling	7
6.	Persoonlijke nota's en vragen	10
7.	Contactgegevens	12

1. Mond- en tandproblemen

Door bestraling in het hoofd-halsgebied, al dan niet gecombineerd met chemo, kan de werking van de speekselklieren verminderen. Er wordt minder speeksel geproduceerd met een droge mond tot gevolg. Het speeksel wordt ook minder vloeibaar en taaiër dan gewoonlijk. Speeksel heeft een beschermende werking, door bovengenoemde factoren wordt de kans op gaatjes (cariës) in tanden en kiezen groter. Bij onvoldoende mond- en tandhygiëne kan zelfs ontsteking van het kaakbeen optreden. Een goede mond- en tandhygiëne is dus bijzonder belangrijk, ook na het beëindigen van de radiotherapie.

2. Aanbevelingen vóór de bestraling

Vóór de start van de behandeling consulteert u best uw tandarts voor een volledig nazicht van uw gebit. Laat tandsteen verwijderen en laat eventueel nodige tandextracties uitvoeren. Zo nodig en na overleg, zal uw arts vragen om fluoridekapjes op maat te laten maken (zie uitleg verder in brochure).

3. Aanbevelingen tijdens de bestraling

In samenwerking met de Stichting tegen Kanker wordt u een gratis mond- en tandzorgset (tandenborstel, tandpasta, mondspray en mondgel) aangeboden. U krijgt deze set mee bij de eerste dag van de bestraling.

3.1 Mondzorg

- Om de mondslijmvliezen vochtig te houden wordt aangeraden regelmatig de mond te spoelen met water of wat water te drinken en dit verspreid over de hele dag, ook 's nachts indien u even wakker bent.

- Spoel daarnaast de mond ook vanaf de opstart van de therapie met een zelfbereide zoutoplossing. Deze oplossing werkt ontstekingsremmend en helend bij kleine wondjes:
 - 9 g keukenzout (2 goed afgestreken koffielepels) oplossen in 1 liter warm water.
 - 4 tot 8 keer/dag mond spoelen, zeker na maaltijden en tussendoortjes.
 - Deze oplossing kan gedurende één week bewaard worden. (telkens schudden voor gebruik)
 - De mond goed spoelen, ook wangzakken, gedurende 1 minuut.
 - Naspoelen met gewoon water mag (omwille van slechte smaak).
 - Spoelen met lauwe kamillethee mag ook.
 - In sommige gevallen wordt er van bij de opstart door de arts een ander spoelmiddel voorgeschreven.
- Spoel de mond ook goed, na eventueel braken. Het maagzuur kan namelijk inwerken op de tanden.
- Ook op een ijsblokje of ijsschilfers zuigen, opzuigen van een suikervrije pastille kan even soelaas brengen bij een droge mond. Vermijd snoep en kauwgom met suiker en pepermint.
- Dentaïd Xeros® mondspray kan eveneens het droogtegevoel wat verlichten, gebruik mag zo vaak als nodig.
- Haal taai slijm (dat moeilijk kan worden weggeslikt) op tijd weg met een zakdoekje.
- Spoel voor het slapengaan de mond goed met water. Vervolgens kan u de tong en binnenkant van uw mond inwrijven met Dentaïd Xeros® mondgel. Deze gel biedt verlichting bij droogtegevoel en beschermt uw mondslijmvlies tegen beschadiging en uitdroging tijdens de nacht.

- Vermijd dat de lippen uitdrogen:
 - Hou de lippen schoon met een nat gaasje.
 - Hou ze eventueel vet met lippenbalsem, uit hygiënisch standpunt liefst een tube.

3.2 Tandzorg

- Poets drie keer per dag de tanden:
 - Gebruik een milde tandpasta met een voldoende hoog fluoridegehalte (1450ppm) (bv. Dentaïd Xeros® tandpasta).
 - Gebruik een zachte tandenborstel met een kleine kop.
 - Indien u dit reeds gewoon was, mag u verder reinigen tussen de tanden met flosdraad of flosborsteltjes.
 - Indien tanden poetsen niet meer gaat, reinig dan de tanden met een nat gaaskompres (bijvoorbeeld gedrenkt in de fysiologische zoutoplossing). Eventueel start de arts een medisch spoelmiddel op.
- Mondadviezen bij tandprothese:
 - Poets de prothese met een aparte tandenborstel en vloeibare handzeep. Spoel na onder stromend water. Reinig de prothese na elke maaltijd.
 - Laat de prothese 's nachts uit en bewaar ze droog.
 - Indien te pijnlijk op het tandvlees, laat u ze best zoveel mogelijk uit.
 - Het gebruik van kleefgel wordt afgeraden.

4. Aanbevelingen betreffende gebruik van fluoridekapjes

Er wordt verwacht dat u wekelijks een fluoridegel (Elmex[®] Medical gel 1,25%) aanbrengt op uw tanden van zodra uw behandeling start. Fluoride is een natuurlijke stof die de tanden steviger maakt. Met behulp van fluoridekapjes kunt u de gel op de tanden aanbrengen. Fluoridekapjes zijn flexibele plastic kapjes die over de tandenboog passen.

Er is een verschil tussen op maat gemaakte fluoridekapjes en standaard fluoridekapjes. De standaardversie is goedkoper (€ 20 voor 100 stuks), maar de vorm is minder passend op het gebit. Hierdoor loopt de gel mogelijk meer uit de fluoridekapjes. De op maat gemaakte fluoridekapjes passen perfect op het gebit, maar zijn duurder. Deze versie kost € 300 waarvan u € 150 zelf dient te betalen. Uw hospitalisatieverzekering betaalt mogelijk nog een deel van de € 150, die u normaal zelf dient te betalen, terug.

Voorafgaand aan de start van de behandeling zal met u besproken worden welke optie u verkiest.

- Volg onderstaande aanbevelingen nauwkeurig op:
 - Poets 's avonds uw gebit nauwkeurig (best voor het slapengaan).
 - Doe een beetje fluoridegel in het kapje en verdeel het gelijkmatig in een dunne filmlaag (wattenstokje gebruiken).
 - Plaats het kapje over uw tanden en verwijder met een wattenstokje overtollige gel die over de rand is gevloeid.
 - Laat het kapje gedurende 5 minuten ter plaatse.

- Verwijder na 5 minuten het kapje en borstel met een tandenborstel de gel weg. Alle gel wordt op die manier uit uw mond verwijderd.
- Spoel gedurende 45 minuten de mond niet. Eet of drink ook niet gedurende deze periode.

5. Aanbevelingen na de bestraling

- Zolang u te veel last hebt in de mond, draagt u uw gebitsprothese beter niet.
- Zolang u last heeft van mondslijmvliesontsteking moet u verdergaan met het spoelen van uw mond.
- Verminderde speekselproductie als neveneffect van bestraling is dikwijls een langdurig probleem. U blijft daardoor gevoeliger voor tandbederf. Daarom enkele tips:
 - Blijf veelvuldig uw mond spoelen met mineraal of fysiologisch water.
 - Hou de mondholte vochtig, gebruik bij droge mond eventueel een hydraterende mondspray en 's nachts eventueel een hydraterende mondgel (verkrijgbaar bij de apotheek).
 - Gebruik liefst suikervrije kauwgom/snoep met Xylitol.
 - Kauwsnoepjes kunnen verlichting brengen. (type Grethers black currant[®], verkrijgbaar in de apotheek)
 - Maak levenslang gebruik van fluoridekapjes en dit zeker 1x per week.
 - Poets minimum 2x/dag de tanden met een tandpasta met fluoridegehalte 1450ppm.

- Dagelijks flossen (indien u dit gewend bent).
- 2x per jaar op controle bij de tandarts met als doel de cariës snel te behandelen, het tandsteen te verwijderen en extracties te vermijden.
- In geval van tandextractie na bestraling (levenslang):
 - Steeds vermelden dat u eerder bestraald bent op de mondholte.
 - Vooraf steeds overleggen met uw chirurg of radiotherapeut.
 - Uit voorzorg steeds antibiotica nemen gedurende 2 weken!

**Raadpleeg uw arts of verpleegkundig technolog in
geval van moeilijkheden.**



Radiotherapie

Diensthof: Dr. Bral

Radiotherapeuten-oncologen: Dr. Roelstraete, Dr. Vancleef,
Dr. Engels

Hoofdverpleegkundige: Vandamme Kathleen

Adjunct-hoofdverpleegkundige: Vermeersch Laura

*Contactgegevens van onze dienst vindt u aan de achterkant van
de informatiebrochure.*

6. Persoonlijke nota's en vragen

Contactgegevens

Campus Aalst

Moorselbaan 164 - 9300 Aalst

Secretariaat

Tel: 053/72.44.79 – Fax: 053/72.44.19

Radiotherapie-onco.aalst@olvz-aalst.be

Sociaal verpleegkundige/maatschappelijk werkster: 053/72.40.15

Bestralingstoestellen

- Versato (wachtzaal 8, blok F-1): 053/72.44.07
- Versa (wachtzaal 9, blok F-1): 053/72.42.46
- Novalis (wachtzaal 6, blok F-1): 053/72.87.13
- Unique (wachtzaal 7, blok F-1): 053/72.44.78

CT-simulator

- Wachtzaal 5, F-1 blok: 053/72.43.30



Disclaimer

De informatie in deze brochure is van algemene aard en is bedoeld om u een globaal beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In iedere situatie, en dus ook de uwe, kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze brochure vervangt dus niet de informatie die u van uw behandelend arts reeds kreeg en die rekening houdt met uw specifieke toestand. Zijn er na het lezen van deze brochure nog vragen schrijf deze eventueel op en bespreek ze in ieder geval met uw behandelend arts.

Versie 04/03/2024

Goedgekeurd door dr Vancleef An