

Cosa mangiare o assumere

- Assumere alimenti “umidi”, morbidi e facili da masticare o deglutire (purè di patate, uova strapazzate e cereali cotti ad esempio).
- Utilizzare un frullatore per frullare cibi cotti, o mangiare alimenti per l'infanzia.
- Ammorbidire il cibo con sugo di carne, salse, brodo, yogurt o altri liquidi non irritanti.
- Assumere alimenti freddi o a temperatura ambiente.
- Acqua fredda, ghiaccioli o cubetti di ghiaccio possono alleviare il bruciore, quando la mucosite è lieve.

Cosa mangiare o assumere

- Alimenti croccanti o abrasivi” come ad esempio le patatine o i crackers
- Agrumi o succhi di frutta come arancia, limone e pompelmo (si può almeno provare a diluirli)
- Cibi troppo caldi o troppo freddi
- Cibi piccanti o acidi
- Prodotti del tabacco
- Alcolici

Arcispedale S. Maria Nuova di Reggio Emilia

Dipartimento Oncologico
e Tecnologie Avanzate

PER INFORMAZIONI:

Ematologia - 0522/295936 - 296673

Coordinatore:

Cristiana Caffarri - Tel. 0522/296661

Infermiere Esperto:

Stefano Botti - Tel. 2936

Radioterapia - 0522/296261 - 295997

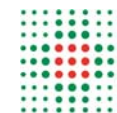
Coordinatore:

Roberta Sacconi - Tel. 0522/296068

Oncologia - 0522/296632 - 295047

Coordinatore:

Cristina Galimberti - Tel. 0522/296615



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia

Presidio Ospedaliero Provinciale Santa Maria Nuova
Arcispedale Santa Maria Nuova di Reggio Emilia
Dipartimento Oncologico e Tecnologie Avanzate
Ematologia

La Mucosite del Cavo Oro-Faringeo

*Informazioni
per il paziente e
la famiglia*



La "Mucosite del Cavo Orale" è una infiammazione del cavo oro-faringeo che colpisce molti pazienti sottoposti a trattamenti di chemioterapia e/o radioterapia (neoplasie della testa e del collo).



La chemioterapia e la radioterapia sono comunemente utilizzate nel trattamento di svariate forme di neoplasia, comprese le patologie ematologiche e i tumori della testa e del collo.

Alcuni farmaci chemioterapici e i trattamenti radioterapici danneggiano le cellule in rapida crescita, come quelle tumorali, ma hanno effetti negativi anche su tessuti sani che crescono rapidamente come capelli, unghie, pelle e mucose.

Le cellule che rivestono l'interno della bocca e della gola (mucose) si moltiplicano molto rapidamente e dunque sono maggiormente sensibili all'azione di farmaci e radiazioni.

Sono inoltre continuamente esposte all'azione di microrganismi provenienti dal cibo che mangiamo.



Le problematiche maggiori della bocca e della gola possono includere:

- **secchezza delle fauci,**
- **cambiamenti del gusto e dell'olfatto,**
- **infezioni delle gengive, denti e lingua,**
- **eritema, piaghe, afte, ulcere all'interno della bocca,**
- **aumento della sensibilità ai cibi caldi, freddi o piccanti,**
- **a volte difficoltà ad articolare la parola**

La chemioterapia e la radioterapia possono dunque causare infiammazioni e infezioni all'interno della bocca. Questa condizione, anche nota come stomatite, rende difficile la masticazione e la deglutizione e può provocare dolore anche importante.


Alcune semplici precauzioni possono aiutare a diminuire le probabilità di infezioni, o a rilevarle precocemente, prima che diventino un problema.



E' importante:

- **Mantenere una buona igiene orale;**
- **Controllare spesso l'interno della bocca per individuare precocemente possibili problemi, quali aree emorragiche, ferite, afte o macchie bianche.**
- **Evitare di assumere cibi o bevande molto acide e gassate, troppo calde o speziate.**
- **Eseguire una buona igiene orale dopo ogni pasto e prima di coricarsi.**

Suggerimenti per la cura della bocca

- ♦ Lavarsi sempre i denti dopo ogni pasto con l'ausilio di uno spazzolino in setole molto morbide e un dentifricio.
- 
- ♦ Consigliati dentifrici con sapore delicato, i dentifrici con sapori vigorosi (menta ad esempio) è possibile che in alcuni momenti non possiate tollerarli.
 - ♦ In alcune fasi potranno esservi forniti dal personale degli spazzolini di spugna da sostituire allo spazzolino morbido (consigliato sotto le 40.000 Piastrine).
 - ♦ Non utilizzare filo interdentale e stuzzicadenti per non provocare lesioni o abrasioni sulle gengive.
 - ♦ Utilizzare i prodotti (colluttori) consigliati o forniti dal personale, secondo i protocolli e le linee guida presenti nel reparto o servizio a cui afferite, attenendovi scrupolosamente alle indicazioni ricevute.
 - ♦ Dopo ogni pulizia controllate accuratamente l'interno del cavo orale per individuare il più precocemente possibile eventuali nuovi problemi.
 - ♦ Informate tempestivamente il personale medico o infermieristico di ogni cambiamento all'interno del vostro cavo orale comprese le sensazioni di fastidio o dolore.
 - ♦ Mantenere umido l'interno della bocca sorvegliando spesso acqua durante il giorno, possibile succhiare cubetti di ghiaccio o ghiaccioli.
 - ♦ In caso di secchezza estrema è possibile utilizzare prodotti sostitutivi della saliva e burro cacao per le labbra.