

Sore Mouth or Throat with Cancer Treatment

Cancer treatments can cause a sore mouth, sores in the mouth, tender gums or a sore throat. This makes it hard to chew or swallow. Ask your doctor to give you medicine that will help your mouth and throat pain. There are things you can do to ease and prevent a sore mouth or throat such as:

- **Eat soft foods.**
 - Milkshakes
 - Bananas, applesauce, or other soft fruit
 - Cottage cheese or yogurt
 - Mashed potatoes or noodles
 - Macaroni and cheese
 - Custards, puddings or gelatin
 - Scrambled eggs
 - Oatmeal or cooked cereal
 - Pureed or mashed vegetables

- **Avoid foods that can hurt your mouth.**
 - Oranges, grapefruits, lemons, other citrus fruits and juices
 - Tomato sauce or juice
 - Spicy foods
 - Raw vegetables, granola, toast, crackers or other rough coarse foods
 - Hot foods or liquids

암치료 중 입 안이나 목구멍 염증

암치료 중에 입 또는 입안이 헐거나, 잇몸이 약해지거나 목구멍에 염증이 생길 수 있으며, 때문에, 음식물 씹기와 삼키기가 어려워집니다. 입과 목구멍 통증에 먹는 약이 있으면 달라고 의사에게 요청하세요. 염증이 있는 입이나 목구멍의 통증을 약하게 하거나 방지할 수 있는 방법이 있습니다:

- 부드러운 음식을 먹는다.
 - 밀크 셰이크
 - 바나나, 애플 소스, 그밖에 다른 부드러운 과일
 - 카티지 치즈 또는 요구르트
 - 으깬 감자나 국수
 - 마카로니 앤 치즈
 - 커스타드, 푸딩, 젤리
 - 스크램블한 계란
 - 오트밀이나 익힌 시리얼
 - 퓨레드, 으깬 채소
- 입 안을 자극하는 음식은 피한다.
 - 오렌지, 자몽, 레몬, 그 밖에 신 과일이나 주스
 - 토마토 소스나 주스
 - 맵고 짠 음식
 - 날 채소, 그레놀라, 토스트, 크래커, 그 밖에 거친 음식
 - 뜨거운 음식이나 액체

- **Follow these tips:**

- Cook food until it is soft and tender.
- Cut food into small pieces.
- Use a straw to drink liquids.
- Use a small spoon.
- Eat food that is cold or at room temperature.
- Drink warm bouillon or salty broth for a sore throat.
- Rinse your mouth often with water to remove food and bacteria and to promote healing.

Talk to your doctor, nurse or dietitian about dealing with any eating problems you may have.

5/2006. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.

- 아래 지시를 따른다:

- 음식이 부드러워질 때까지 조리한다.
- 음식을 잘게 자른다.
- 액체를 마실 때는 빨대를 사용한다.
- 작은 스푼을 사용한다.
- 음식을 차게 또는 미지근한 온도에서 먹는다.
- 목구멍이 아플 때는 따듯한 부용이나 간을 맞춘 고기 국물을 먹는다.
- 입안을 물로 자주 헹구어서 음식물이나 병균을 제거하여 빨리 낫도록 한다.

음식 먹는데 문제가 있으면 의사, 간호사, 또는 영양사와 상담하십시오.

5/2006. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.