

العناية بالفم مع علاج السرطان

Mouth Care with Cancer Treatment

Cancer treatments can damage cells in the mouth. This may cause problems with teeth and gums, the lining of the mouth, and the glands that make saliva. See a dentist 2 weeks before starting cancer treatment.

يمكن أن يؤدي علاج السرطان إلى إتلاف الخلايا في فمك. وقد يتسبب هذا في مشكلات للأسنان واللثة وبطانة الفم والغدد التي تفرز اللعاب. يرجى زيارة طبيب أسنان قبل أسبوعين من بدء علاج السرطان.

Problems may include:

- Soreness in the mouth
- Sores like cold or canker sores
- Burning, peeling, dry mouth and swelling of the tongue
- A risk of infection
- Trouble with eating, drinking, swallowing, talking or sleeping.

قد تشمل المشكلات:

- ألم داخل الفم.
- ظهور قرح مثل قرح البرد أو قرح التهاب الفم.
- الحرقان والتقشر وجفاف الفم وتورم اللسان.
- خطر التعرض للعدوى.
- مشكلات في تناول الطعام أو الشراب أو البلع أو التحدث أو النوم.

To reduce discomfort:

- **Check your mouth each day.**
 - Call your doctor or nurse if you see redness, swelling, open areas, bleeding or white patches.
- **Keep your mouth clean.**
 - Brush your teeth or dentures after meals and before bedtime.
 - Use an extra soft toothbrush with toothpaste.
 - If your mouth is too sore to use a soft toothbrush, use gauze or sponge toothettes soaked in salt water to clean your teeth.
- **Floss your teeth gently each day.**
 - Use unwaxed dental floss.
 - Do not floss areas that are sore or bleeding.

للحد من الإزعاج:

- **افحص فمك يومياً.**
 - اتصل بطبيبك أو الممرض/الممرضة إذا رأيت احمراراً أو تورماً أو مناطق مفتوحة أو نزيفاً أو بقعاً بيضاء.
- **حافظ على نظافة فمك.**
 - اغسل أسنانك الطبيعية أو الاصطناعية بالفرشاة بعد الوجبات وقبل النوم.
 - استخدم فرشاة ناعمة جداً مع معجون الأسنان.
 - إذا كان فمك متقرحاً للغاية بما لا يسمح باستخدام فرشاة ناعمة، فاستخدم شاشاً أو فرشاة إسفنجية "toothette" منقوعة في ماء مالح لتنظيف أسنانك.
- **نظف أسنانك بالخيط برفق يومياً.**
 - استخدم خيط أسنان غير معالج بالشمع.
 - تجنب تنظيف مناطق القرح أو النزيف باستخدام خيط الأسنان.

- **Use a mouthwash after meals and at bedtime.**
 - Buy a mouthwash that does not have alcohol or mix one cup of warm water with two pinches (¼ teaspoon) of baking soda and one pinch (⅛ teaspoon) of salt. Rinse and spit out. Do not swallow.
 - Follow with a plain water rinse.
- **Keep your mouth moist.**
- Drink 8 to 12 glasses of liquids each day.
- Apply lip balm to avoid cracked lips.
- Suck on ice chips.
- Chew gum or use hard candy.
- Talk to your doctor if your mouth is very dry.
- **Remove and clean dentures each time you brush your teeth after you eat.**
 - Rinse your mouth with mouthwash before putting them back in your mouth.
 - Keep your dentures in clean water when you are not wearing them.
 - Talk to your doctor or dentist about dentures that do not fit.
- **Use medicines to manage mouth discomfort and pain as ordered by your doctor.**
- **Avoid:**
 - Acidic foods and juices such as oranges, tomatoes and grapefruits
 - Hot foods such as soup, coffee or tea
 - Spicy foods
 - Pickled foods
 - Rough foods such as nuts, crackers or pretzels
 - All tobacco products
 - Alcohol

- **استخدم غسول فم بعد الوجبات وعند النوم.**
 - شراء غسول للفم لا يحتوي على الكحول أو مزج كوب من الماء الدافئ مع رشتين (ربع ملعقة) من بيكربونات الصوديوم ورشة (ثمان ملعقة) من الملح. مضمض الفم وابتصق المحلول. ولا تبتلعه.
 - اتبع ذلك بالمضمضة بالماء الصافي.
- **حافظ على رطوبة فمك.**
- اشرب من 8 إلى 12 كوب من السوائل يوميًا.
- استخدم بلسم شفاه لتجنب تشقق الشفتين.
- مص مكعبات الثلج.
- امضغ العلك "اللبان" أو قطع الحلوى الصلبة.
- تحدث إلى طبيبك إذا كان فمك جافاً للغاية.
- **قم بإزالة وتنظيف تركيبات الأسنان في كل مرة تغسل فيها أسنانك بعد تناول الطعام.**
 - اشطف فمك بغسول فم قبل إرجاع الأسنان إلى فمك.
 - احفظ أسنانك الاصطناعية في مياه نظيفة عندما لا ترتديها.
 - تحدث إلى طبيبك أو طبيب الأسنان بشأن الأسنان الاصطناعية التي لا تثبت في فمك جيداً.
- **استخدم الأدوية للتحكم في إزعاج وألم الفم بحسب تعليمات الطبيب.**
- **تجنب:**
 - الأطعمة والعصائر الحمضية مثل البرتقال والطماطم والليمون الهندي
 - الأطعمة الساخنة مثل الحساء أو القهوة أو الشاي
 - الأطعمة المتبلة
 - الطعام المخلل
 - الأطعمة الصلبة مثل المكسرات أو البسكويت أو الكعك المملح الجاف
 - كافة منتجات التبغ
 - الكحول

Talk to your dentist, doctor or nurse if you have any questions or concerns.

يرجى التحدث إلى الطبيب المعالج أو الممرضة إذا كانت لديك أية أسئلة أو مخاوف.

© 2005 - November 29, 2016, Health Information Translations.

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Wexner Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain treatment.

Mouth Care with Cancer Treatment. Arabic.