

항암치료 시 구강관리

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.

항암치료는 입 안의 세포를 파괴시킵니다. 이로 인해, 치아와 잇몸, 입에 점막, 침샘 등에 문제를 일으킬 수 있습니다. 항암치료를 시작하기 2주 전에 치과 의사를 방문하여 상담하십시오.

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.

발생할 수 있는 문제들

- 입 안이 험다.
- 입가에 발진이나 궤양.
- 입 안이 화끈거리거나, 껍질이 벗겨지거나, 입안이 건조하거나, 혀가 붓는다.
- 감염될 위험.
- 먹고, 마시고, 삼키고, 말하고, 자는데 문제가 있다.

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.

이러한 증세를 감소하려면:

- **매일 입을 살펴본다.**
 - 빨갛게 된 곳이 있거나, 부었거나, 상처가 있거나, 출혈이 있거나, 흰 반점이 보이면 의사에게 연락한다.
- **입을 항상 청결하게 한다.**
 - 식사 후에 그리고 자기 전에 반드시 칫솔질을 한다.
 - 치약과 함께 가장 부드러운 칫솔을 사용한다.
 - 입 안이 너무 아파서 칫솔질을 할 수 없으면, 소금물에 적신 거즈나 스폰지로 치아를 닦는다.
- **매일 치실을 사용한다.**
 - 왁스가 없는 치실을 사용한다.
 - 아프거나 피가 나는 곳은 치실질을 하지 않는다.

- **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 (⅓ 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
- **식사 후에 그리고 자기 전에 구강 세정제를 사용한다.**
 - ▶ 구강 세정제는 알코올이 함유되지 않은 것으로 사거나 한 컵의 따뜻한 물에 2꼬집(¼ 티스푼)의 베이킹 소다 그리고 1꼬집(⅓ 티스푼)의 소금을 섞는다. 입안을 헹구낸 후 뱉는다. 삼키면 안 된다.
 - ▶ 보통 물로 입을 헹군다.
- **입 안을 촉촉하게 유지한다.**
 - 매일 8~12컵의 수분을 섭취한다.
 - 입술에 크림을 발라 입술 트는 것을 방지한다.
 - 얼음을 입에 넣고 녹인다.
 - 껌을 씹거나 사탕을 먹는다.
 - 입 안이 유난히 건조하면 의사와 상담한다.
- **음식을 먹은 후 칫솔질을 할 때마다 틀니를 빼서 세척한다.**
 - ▶ 의치를 다시 끼우기 전에 구강 세정제로 입 안을 헹군다.
 - ▶ 의치를 사용하지 않을 때는 깨끗한 물에 담가둔다.
 - ▶ 의치가 잘 맞지 않으면 의사나 치과의사와 상담한다.
- **의사가 처방한 약을 복용하여 입의 증세와 통증을 관리한다.**
- **피해야 할 음식물:**
 - ▶ 오렌지, 토마토, 자몽 같이 신 맛 나는 음식
 - ▶ 국이나 커피, 차 같이 뜨거운 음식
 - ▶ 맵고 짠 음식
 - ▶ 절인 음식
 - ▶ 견과물, 크래커, 프레츨같은 거친 음식
 - ▶ 모든 종류의 담배
 - ▶ 알코올

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

궁금한 점이나 염려되는 점이 있으면 의사나 간호사와 상담하십시오.

© 2005 - January 3, 2017, 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. Korean.