

Cuidado de la boca en el tratamiento contra el cáncer

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.

Los tratamientos contra el cáncer pueden dañar las células de la boca. Esto puede provocar problemas en los dientes y las encías, las paredes de la boca y las glándulas salivales. Consulte a un dentista 2 semanas antes de comenzar el tratamiento contra el cáncer.

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.

Los problemas pueden incluir:

- Dolor en la boca;
- Heridas como de herpes bucal o aftas;
- Ardor, descamación, boca seca e hinchazón de la lengua;
- Riesgo de infección;
- Problemas para comer, beber, tragar, hablar o dormir.

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.

Para reducir la incomodidad:

- **Revísese la boca todos los días.**
 - Llame a su médico o enfermera si nota enrojecimiento, hinchazón, áreas abiertas, sangrado o manchas blancas.
- **Mantenga la boca limpia.**
 - Cepílese los dientes o la prótesis dental después de cada comida y antes de acostarse.
 - Use un cepillo de dientes extra suave con pasta de dientes.
 - Si la boca le duele demasiado, incluso para usar un cepillo de dientes suave, use gasa o toothettes (cepillos de esponja) empapados en agua salada para limpiar los dientes.

- **Floss your teeth gently each day.**
 - Use unwaxed dental floss.
 - Do not floss areas that are sore or bleeding.
- **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 ($\frac{1}{4}$ teaspoon) of baking soda and one pinch ($\frac{1}{8}$ 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.**
- **Use hilo dental suavemente todos los días.**
 - Use hilo dental sin cera.
 - No use seda dental en áreas que le duelan o estén sangrando.
- **Use un enjuague bucal después de las comidas y antes de ir a dormir.**
 - Compre un enjuague bucal que no contenga alcohol o mezcle una taza de agua tibia con dos pizcas ($\frac{1}{4}$ de cucharadita) de bicarbonato de sodio y una pizca ($\frac{1}{8}$ de cucharadita) de sal. Enjuague y escupa. No lo trague.
 - Luego enjuáguese sólo con agua.
- **Mantenga la boca húmeda.**
- Beba de 8 a 12 vasos de líquido por día.
- Aplíquese bálsamo labial para prevenir los labios partidos.
- Chupe trozos de hielo.
- Mastique goma de mascar o coma caramelos.
- Hable con su médico si la boca está muy seca.
- **Quítese la dentadura postiza y límpiela cada vez que se cepille los dientes después de comer.**
 - Enjuáguese la boca con enjuague bucal antes de volver a colocarse la prótesis dental.
 - Mantenga su prótesis dental en agua limpia cuando no la use.
 - Hable con su médico o enfermera si la prótesis no le encaja.
- **Use medicamentos para controlar la incomodidad y el dolor de la boca según se lo indique su médico.**

- **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

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

- **Evite:**

- › Alimentos y jugos ácidos tales como las naranjas, los tomates y los pomelos;
- › Alimentos calientes, tales como sopa, café o té;
- › Alimentos picantes;
- › Alimentos en vinagre;
- › Alimentos ásperos, tales como frutos secos, galletas o pretzels;
- › Todos los productos del tabaco;
- › Alcohol.

Hable con su dentista, médico o enfermera si tiene alguna pregunta o inquietud.