

Стоматит или ангина при лечении онкологических заболеваний

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
 - › Pickled foods
 - › Raw vegetables, granola, toast, crackers or other rough coarse foods
 - › Hot foods or liquids
- **Follow these tips:**
 - › Cook food until it is soft and tender.
 - › Cut food into small pieces.

Лечение рака может привести к возникновению стоматита, язв в полости рта, кровоточивости десен или ангины. Это затрудняет процесс жевания и глотания. Если у вас появились такие симптомы, попросите своего лечащего врача назначить вам лекарство. Ниже приведены меры, которые позволяют предотвратить или уменьшить проявления стоматита или ангины.

- **Употребляйте мягкую пищу:**
 - › Молочные коктейли
 - › Бананы, яблочное пюре и другие мягкие фрукты
 - › Творог или йогурт
 - › Картофельное пюре или лапшу
 - › Макароны с сыром
 - › Заварные кремы, пудинги или желе
 - › Яичницу
 - › Овсяную и другие каши
 - › Овощное пюре
- **Не употребляйте продукты, которые могут повредить ротовую полость:**
 - › Апельсины, грейпфруты, лимоны и другие цитрусовые фрукты и соки
 - › Томатный соус или сок
 - › Острые блюда
 - › Маринованные продукты
 - › Сырые овощи, мюсли, тосты, крекеры и любые другие твердые продукты
 - › Горячую пищу или напитки
- **Полезные рекомендации:**
 - › Готовьте пищу до мягкого состояния.
 - › Размельчайте пищу.

- › 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.
- › Пейте жидкость через соломинку.
 - › Ешьте маленькой ложкой.
 - › Принимайте пищу холодной или комнатной температуры.
 - › Если у вас ангина, пейте теплый, солончатый бульон.
 - › Чтобы удалить остатки пищи и бактерий, а также ускорить выздоровление, часто полощите рот водой.

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

Если у вас есть вопросы или опасения, обратитесь к врачу или медсестре.