

Sädehoitoa pään tai kaulan alueelle saavan henkilön suun ja hampaiden hoito

Sädehoito saa usein aikaan sylkirauhasten vaurioitumisen ja seurauksena on syljenerityksen väheneminen tai jopa loppuminen kokonaan. Syljen tehtävänä on suojella suun limakalvoja ja saostaa mineraaleja hampaan pinnalle. Syljen erityksen ollessa puutteellinen voi seurauksena olla hyvin runsas ja nopeakin hampaiden reikiintyminen. Tämän vuoksi huolellisella omatoimisella suuhygienialla, fluorivalmisteiden käytöllä, säännöllisillä suun ja hampaiden tutkimuksilla sekä oikealla ruokavaliolla on suuri merkitys suun terveydentilan säilymiselle.

Sädehoitokentän alueella verenkierto heikkenee ja erityisesti luun paraneminen huononee. Esimerkiksi hampaan poistoa ei säteilytetyltä alueelta yleensä tehdä. Hampaat tulee säilyttää mahdollisimman hyväkuntoisina, jottei poistoihin tule tarvetta. **Sädehoito ei estä hoitamasta hampaita ja suuta.**

Suun kuivuminen on hoidon kiusallinen sivuvaikutus, joka saa aikaan suun limakalvojen aritusta, punoitusta, suupieliin haavaumia sekä altistaa sieni-infektioille. Mahdollisten proteesien pito voi vaikeutua. Tarvittaessa näitä voidaan hoitaa lääkkeillä mutta tärkeintä on ennalta ehkäisy pitämällä suu ja mahdolliset proteesit puhtaana. Maku- ja hajuaistihäiriöitä saattaa esiintyä. Yleensä suun tilanne helpottuu sädehoidon loputtua.

Vihjeitä suun hoitoon:

Suun mekaaninen puhdistaminen voi olla kivuliasta sädehoidon aikana. Hampaat harjataan pienellä pehmeällä hammasharjalla. Suositeltavia hammastahnoja ovat limakalvoja vähemmän ärsyttävät saippuattomat hammastahnat (esim. Zendium, Salutem, Biotene).

Desinfioivia suuvesiä voi tarvittaessa käyttää laimennettuna, jos hampaiden harjaus ei onnistu (esim. Corsodyl, Oral B, Listerine Zero).

Limakalvojen oireita voi lievittää kostuttamalla suuta suolavesiliuoksella, jossa on 1/4 tl suolaa lasillisessa lämmintä vettä sekä kamomillatee, vihreä tee tai Vichy-vesihuuhteluun. Kuivan suun oireita ja kipeitä limakalvoja voi hoitaa voitelemalla limakalvot oliivi- tai parafiiniöljyllä. Mikäli suu on kovin kipeä voi ruokailua helpottaa purskuttelemalla ennen ateriala puuduttavalla Xylocain- liuoksella. Huulet rasvataan päivittäin esimerkiksi valkovaseliinilla.

Hammasteeseja tulisi käyttää sädehoidon aikana mahdollisimman vähän, erityisesti jos limakalvo-ongelmia esiintyy. Mahdollisten painokohtien ja haavaumien tulee antaa parantua rauhassa. Proteesit säilytetään kosteassa, kun ne eivät ole käytössä.

Yöksi proteesit laitetaan desinfioitumaan esim. entsyymipesujauheliuokseen (1/2 tl liuotetaan juomalasilliseen vettä esim. Bio- Activ, Bio- Luvil, Pirkka Biopesujauhe). Aamulla ennen suuhun laittoa proteesit huuhdotaan huolellisesti vedellä. Myös kaupallisia valmisteita voi käyttää.

Sädehoidetun potilaan on tärkeää:

- käydä 3-6 kuukauden välein tarkistuttamassa suun terveydentila hoitavalla hammaslääkärillään
- lisätä syljen eritystä pureskelemalla ksylitolipurukumia
- käyttää fluorivalmisteita ja tarvittaessa suun kostutusaineita
- huolehtia tunnollisesti päivittäisestä hampaiden puhdistuksesta hammaslääkärin antamien ohjeiden mukaisesti
- juoda päivittäin vähintään kaksi litraa vettä
- muistettava aina ilmoittaa hoitavalle hammaslääkärille, että on saanut sädehoitoa pään tai kaulan alueelle