

**Hôpital de Jour  
Service d'oncologie**



**LES SOINS DE BOUCHE**

**(Informations destinées aux patients et à leurs proches)**

## Le soin de bouche

La bouche est particulièrement fragile. En effet, les cellules de la muqueuse buccale sont parmi celles qui dans le corps humain se divisent le plus vite. Elles sont donc très sensibles aux effets de la chimiothérapie ou de la radiothérapie.

De plus, lorsque les globules blancs diminuent au cours d'une chimiothérapie, la muqueuse présente moins de défense contre les germes qui sont dans la bouche, et de ce fait, elle est plus sensible aux infections.

Cela explique pourquoi il est très important que vous preniez soin de votre bouche. Le soin bucco-dentaire est un soin qui touche à la fois l'hygiène et le confort, et qui permet soit d'éviter l'apparition de certaines lésions, soit de les soigner.



## A retenir

Par le biais de cette brochure, nous espérons vous faire comprendre combien il est important d'avoir une bonne hygiène buccale et que votre participation active est essentielle pour y parvenir.

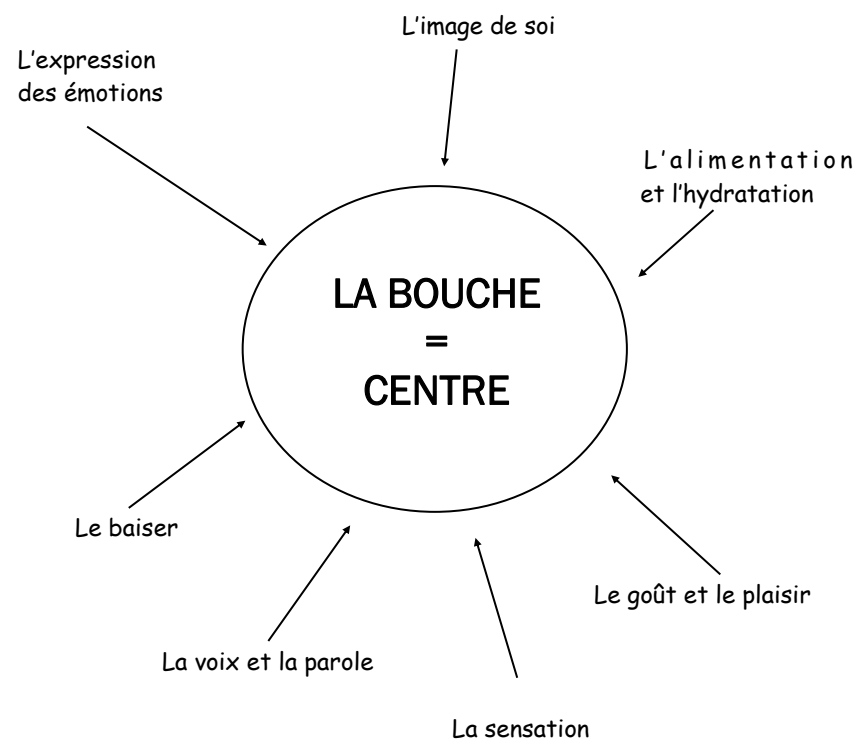
Soigner votre bouche vous permettra de vous sentir mieux au quotidien et de conserver une image corporelle positive, mais également d'éviter les conséquences néfastes liées à une mauvaise hygiène buccale (douleur, infection, amaigrissement).

N'hésitez-donc pas à en parler au Dr Forget ou à votre médecin traitant, mais également à l'équipe infirmière.



## Pourquoi prendre soin de sa bouche ?

La bouche ne sert pas seulement à se nourrir, elle est un élément essentiel à la communication. Avoir une bouche en bon état préserve :



C'est dire que prendre soin de sa bouche, c'est manifester du respect pour soi et pour les autres. Cela touche à ce que l'être humain a de plus fondamental : son souffle, sa parole, son affectivité, sa prise de nourriture.

## Facteurs influençant l'état de la bouche

Nous avons déjà dit que la chute des globules blancs (neutropénie) peut avoir des conséquences sur l'état de la bouche, mais cependant elle n'est pas seule responsable de la survenue d'infections buccales (mucites). D'autres causes peuvent être à l'origine de problèmes :

Le manque d'hygiène buccale

Les prothèses dentaires mal entretenues ou mal adaptées

La déshydratation

L'abus d'alcool ou de tabac

Une alimentation pauvre en protéines

Des maladies de la langue, de la bouche ou de la gorge

La présence de crachats, mucus, qui ne sont pas évacués

La radiothérapie (surtout de la bouche ou de la gorge)

La chimiothérapie (avec des produits comme le 5FU, le Cetuximab)

La prise d'antibiotiques, de cortisone

## Le traitement par laser Oncolase®

Ce traitement peut-être prescrit en **prévention ou en traitement** des lésions (aphtes ou ulcérations) de la bouche ou des lèvres consécutives au traitement de chimiothérapie ou de radiothérapie (ou les deux).

L'infirmière utilisera une sonde qui émet une lumière rouge (laser). Le traitement est tout à fait **indolore et ne dure que quelques secondes**. Il peut-être au besoin, répété 2 à 3 fois sur la semaine, pour en assurer l'efficacité.

Il a un effet sur la douleur, sur l'inflammation, l'œdème (gonflement) et favorise la cicatrisation.

Pour éviter tout risque d'éblouissement, il vous sera seulement proposé de porter des lunettes noires qui vous seront fournies par l'infirmière.



## Surveillance de votre hygiène buccale

Avant chaque traitement, le Dr Forget vous reçoit en consultation. C'est l'occasion pour vous de lui signaler tout problème que vous auriez au niveau de la bouche comme par exemple :

**Sécheresse, dépôts**

**Rougeurs, aphtes, blessures au niveau de la muqueuse**

**Douleurs**

**Difficultés pour avaler ou pour parler**

**Modifications du goût**

**Langue rugueuse**

**Inconfort**

**Haleine fétide**

**Saignements**

Vous pouvez également signaler ces soucis à **votre médecin traitant** lors d'une visite le cas échéant.

Au besoin (aphtes, ulcération, mycose), un traitement sera mis en route par le Dr Forget qui pourra vous prescrire :

**Bains de bouche**

**Médicaments** pour éviter les infections de la bouche

**Traitement à l'aide d'une sonde laser** (Oncolase) :

il s'agit d'un traitement rapide, indolore et très efficace, qui utilise un rayon laser pour traiter les lésions de la bouche (cfr page suivante)

## Conséquences du manque d'hygiène buccale

Elles peuvent être essentiellement de trois ordres :

**Bouche sèche :**



C'est une diminution ou une absence de salive conduisant à l'apparition de muqueuses, d'une langue et de lèvres sèches. Cela peut s'accompagner de difficultés à parler et à articuler, des difficultés pour mâcher et avaler. Le goût peut également être diminué ou modifié.

**Bouche sale :**



La situation peut encore s'aggraver si en plus de la bouche sèche, celle-ci devient sale, avec des restes d'aliments entre les dents, ou sous les prothèses, des dépôts blanchâtres sur la langue ou au niveau des joues, entraînant l'apparition d'une mauvaise haleine.

**Bouche aphteuse :**



Les aphtes sont bien connus, ce sont des érosions superficielles de la muqueuse en nombre et en taille variables; leur couleur peut être blanche ou jaune, ils peuvent être entourés d'une bordure inflammatoire et accompagnés de douleur.

Les aphtes sont des portes ouvertes à l'infection et risquent de provoquer des troubles de l'alimentation voire une perte ou modification de l'appétit.

## Hygiène buccale : conseils à suivre

Pour garder votre bouche en bonne santé, une hygiène quotidienne est indispensable :



**Brossez vos dents, votre langue et vos gencives délicatement**, le matin et le soir minimum en utilisant une brosse douce et du dentifrice.

Si vous portez une **prothèse dentaire**, nettoyez-la avec du dentifrice au minimum une fois par jour en l'ôtant de la bouche.

Lorsque vous ne la portez pas, rincez-la abondamment à l'eau et conservez-la au sec dans une boîte propre facile à nettoyer.

Veillez à **bien vous hydrater**, buvez au minimum 1,5 litre d'eau par jour.

## Hygiène buccale : conseils à suivre

En cas de **SECHERESSE DE LA BOUCHE**, vous pouvez aussi :

### Stimuler la salivation :

- En buvant de l'eau (minimum 1,5 litre par jour)
- En mangeant des fruits frais et juteux (ananas)
- En suçant des bonbons acidulés
- En mâchant des chewing-gums
- En rinçant votre bouche avec des boissons pétillantes (coca par ex)

### Faire des bains de bouche (avec Kamillosan par ex)

**Rafraîchir votre bouche** avec des bâtonnets neutres imbibés de solution pour bains de bouche ou de glycérine citron



### Utiliser des sprays ou de la salive artificielle

### Protéger vos lèvres avec du beurre de cacao