

Munvård

I munnen finns rikligt med bakterier som tillsammans gör stor nytta när immunförsvaret fungerar. När du får cancerbehandling rubbas balansen mellan bakterierna så att risken för infektioner ökar. Du kan också lättare få blödningar i till exempel munnen. Det beror på att du har färre blodplättar, som också kallas trombocyter. Sköt tänderna noggrant men försiktigt så undviker du sår, blödningar och infektioner i munnen. Prata med din läkare eller kontaktsjuksköterska om du behöver gå till tandläkaren.

Tips för god munhygien:

- Skölj munnen efter måltid.
- Använd extra mjuk tandborste med litet borsthuvud så att du lätt kommer åt överallt. Borsta tänderna två gånger per dag.
- Undvik elektrisk tandborste eftersom det är svårare att kontrollera trycket av borsten mot tänder och tandkött.
- Välj en mild tandkräm som inte irriterar slemhinnan.
- Skölj gärna med fluor en gång per dag i någon minut. Fluoren är bra för emaljen och hindrar att du får hål i tänderna.
- Gör det för ont att skölja med fluor, så skölj med kolsyrat vatten eller koksaltlösning.
- När dina blodvärden är låga bör du inte använda tandtråd eller tandstickor eftersom du blöder lättare än vanligt.
- Om du är torr i munnen finns olika medel som stimulerar saliven. Sockerfria sugtabletter, gel och spray kan du köpa receptfritt på apoteket.