



MUCITE

La mucite est une inflammation des muqueuses de la bouche et du tube digestif qui se manifeste d'abord par une sensibilité au chaud et au froid, aux aliments acides et épicés, ensuite par l'apparition d'aphtes et/ou de dépôts blanchâtres au niveau des gencives, des joues, de la langue et de douleurs à la déglutition qui peuvent gêner l'alimentation.

Elle apparaît quand vos globules blancs baissent après votre chimiothérapie (habituellement huit à dix jours après).

NOS CONSEILS DE PRÉVENTION

- Il est essentiel d'avoir une **hygiène bucco-dentaire** rigoureuse comportant 3 brossages des dents par jour avec une brosse à dent souple et changée tous les mois.
- Bien entretenir les **prothèses dentaires**, ne pas les enlever la nuit sauf en cas de muqueuses irritées ou inflammatoires ou en cas d'aphtes et de mycose.
- Stimuler la **production de salive** : glaçons ou glace pilée (aromatisés ou non), gomme à mâcher, bâtonnets glycélinés neutres.
- Faire des **bains de bouche préventifs** au minimum 3 fois par jour après chaque repas (jusqu'à 8 à 10 fois).

Faites circuler dans la bouche, une gorgée de cette préparation pendant trente secondes avant de la recracher dans le lavabo. Recommencer deux à trois fois de suite. Si possible, faites des gargarismes (se rincer la gorge avec ce liquide, puis le recracher).

Demandez une préparation de la poudre suivante en pharmacie :



Bain de bouche préventif

Bicarbonate de sodium 40g
Borax 20g
Salicylate de sodium 10g
Lévomenthol 1 g
Mettre une cuillère à café dans un verre d'eau tiède

- Les boissons à base de cola peuvent aussi être utilisées en bain de bouche.

EN CAS DE MUCITE AVÉRÉE

En cas de douleur, rougeur, ulcère ou dépôts blanchâtres, des bains de bouche spécifiques appelés Stanford seront prescrits. Ils contiennent un anti douleur et une solution contre les champignons. Demandez la préparation du bain de bouche suivant en pharmacie :

Bain de bouche Stanford

Nystatine 1920000 UI
Lidocaïne chlorhydrate 0,32g/Na bicarbonate 2.04g
Gomme xanthane 0,16g/ menthe poivrée 0,2 ml
Eau conservante 200 ml





ALIMENTS DÉCONSEILLÉS EN CAS DE MUCITE :

Les plats trop chauds, les plats trop salés ou fumés, les plats trop sucrés, les plats acides (ananas, tomate, etc.), et épicés.
Les aliments favorisant les aphtes : les fruits et légumes crus, la moutarde, la vinaigrette, le ketchup, l'alcool, le gruyère.

ALIMENTS CONSEILLÉS EN CAS DE MUCITE :

Les fruits et légumes cuits et mixés, les aliments bien cuits de consistance molle, la viande hachée.
Les aliments froids, les glaces, les sorbets, les boissons fraîches ou tièdes.



Le laser peut avoir un intérêt dans le traitement préventif et curatif des mucites.

**SI MALGRÉ LES SOINS, LA MUCITE DEVIENT TRÈS DOULOUREUSE
OU VOUS EMPÊCHE DE VOUS ALIMENTER,
CONTACTEZ VOTRE HÉMATOLOGUE.**