



Xerostomie

Droge mond

Xerostomie

Droge mond

Door bestraling in het hoofdhalsg gebied maken de speekselklieren minder speeksel aan. Als gevolg daarvan kunt u last krijgen van een droge mond. Een verminderde speekselproductie kan al na één week bestraling optreden.

Wat is speeksel?

Met 99,5% is water het hoofdbestanddeel van speeksel. Samen met eiwitten en mineralen vormt deze oplossing de basis voor een goede mondhygiëne.

De mens heeft drie paar grote speekselklieren: aan het oor, aan de onderkaak en onder de tong. Daarnaast zijn er nog eens 750 speekselkliertjes aanwezig op het verhemelte, de binnenzijde van de lippen, de wangen, de mondbodem en de keel.

Waarom is speeksel zo belangrijk?

Het weefsel in de mond heeft bescherming nodig tegen infecties. Speeksel laat een beschermlaagje achter in de mond.

Speeksel heeft verschillende functies:

- Het is een oplosmiddel: we smaken beter door speeksel.
- Het is een glij- en smeermiddel: doorslikken van voedsel gaat makkelijker met speeksel en ook spreken verloopt vlotter.
- Het beschermt het gebit: speeksel beschermt het tandglazuur.
- Het is een bindmiddel: speeksel zorgt ervoor dat voedsel in de mond één geheel vormt.

Waarom krijgt u een droge mond na bestraling in het hoofdhalsgebied?

Wanneer de grote speekselklieren binnen het bestraalde gebied liggen, kan de speekselproductie met 50 tot 60% dalen. Dat leidt tot een blijvend droog gevoel in de mond, ook wel xerostomie genoemd. Dit verschijnsel kent een vrij plotse start, maar kan tot lang na de bestraling aanwezig blijven.

Is herstel van de speekselklieren na bestraling mogelijk?

Het herstel is afhankelijk van de dagelijkse en totale dosis straling die u krijgt, de bestraalde plaats en de gebruikte techniek. De functie van de speekselklieren kan jaren na de bestraling nog (deels) herstellen maar sommige patiënten krijgen te maken met een blijvend tekort aan speeksel.

Wat zijn de meest voorkomende klachten bij een droge mond?

Monddroogte gaat vaak samen met bijkomende klachten zoals slikproblemen, droge lippen, heesheid, droge wangen, moeite met spreken, slecht ruikende adem, vieze smaak in de mond, aften, kleverig gevoel in de mond, smaakstoornis en pijn bij het dragen van de gebitsprothese.



Wat zijn de gevolgen van een droge mond?

Als u in het hoofdhalsg gebied wordt bestraald, kunt u te maken krijgen met tal van infecties en aantastingen aan het gebit. Dat komt doordat het speeksel de groei van bacteriën en schimmels niet meer afremt. Er treden dus verschillende veranderingen op in de mond na bestraling, zeker in combinatie met een verminderde speekselproductie. Zo kunnen er gaatjes in uw gebit ontstaan of tanden kunnen gemakkelijk afbreken. De grootste veranderingen treden op drie tot zes maanden na de bestraling. Het is dan ook aangewezen om na de bestraling regelmatig uw tandarts te bezoeken.



Wat kunt u doen om een droge mond te bestrijden?

Speeksel stimuleren

Hebt u een lichte vorm van monddroogte, dan kunt u de speekselproductie stimuleren met speekselstimulanten zoals suikervrije kauwgom of licht zuur voedsel zoals een appel of komkommer. Maar het kan zijn dat dat onvoldoende helpt.

Speekselvervangers

Gebruik water, een mondspoeling, een mondspray of een bevochtigingsgel om de droogte te verlichten. We beklemtonen dat die middelen niet genezend zijn. Ze verlichten enkel de symptomen van monddroogte! U kunt water gebruiken als speekselvervanger tijdens de maaltijd om het slikken en kauwen te vergemakkelijken.

Mondspoelingen bestrijden het droge gevoel in de mond. Gebruik geen commerciële mondspoeling en mondspray die alcohol of suiker bevatten, want die veroorzaken irritatie en tandbederf.

Een bevochtigingsgel of een spray kunnen ook de kenmerken van een droge mond verlichten. Bevochtigende lipbalsems bieden enige verlichting voor droge lippen.

Luchtbevochtigers

Het gebruik van luchtbevochtigers of verdampers overdag en 's nachts kunnen nuttig zijn. Ook potjes water of een grote natte handdoek op de verwarming kunnen helpen om de ruimte te bevochtigen.

Aanvullende tips bij een droge mond

- Spoel regelmatig uw mond met water.
- Vermijd snoep en kauwgom met suiker.
- Drink een slokje water bij iedere hap om het kauwen en slikken makkelijk te laten verlopen.
- Gebruik veel saus of jus bij een warme maaltijd.
- Eet brood met smeugig beleg zoals smeerkaas, confituur of salades.
- Beperk het gebruik van cafeïne en tabak.
- Poets na elke maaltijd uw tanden met een zachte tandenborstel en gebruik fluoridetandpasta.
- Als u een gebitsprothese heeft, reinig het dan zorgvuldig na elke maaltijd. Gebruik een protheseborstel, water en zeep.

Contacteer uw begeleidingsverpleegkundige mocht u nog vragen hebben.

Notities

Contact

Verpleegafdeling oncologie

Straat 47

T 09 224 51 47

Dienst radiotherapie - oncologie

Straat 51

T 09 224 66 20

Dagziekenhuis oncologie

Straat 78

T 09 224 51 78

Diëtisten

T 09 224 62 12

Dienst logopedie

T 09 224 58 32

Oncologisch begeleidingsteam

T 09 224 57 95

Secretariaat neus-, keel- en oorziekten

T 09 224 65 40

artikel 21.383 | Laatste update: maa 2021

Deze brochure werd ontwikkeld voor gebruik binnen AZ Sint-Lucas Gent. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veeleevoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het ziekenhuis. Deze informatiebrochure werd met de grootste zorg opge maakt, maar de inhoud is algemeen en indicatief. Deze brochure omvat niet alle medische aspecten. Als er vergissingen, tekortkomingen of onvolledigheden in staan, zijn AZ Sint-Lucas, het personeel en de artsen hiervoor niet aansprakelijk.