

Prévenir et traiter la mucite buccale

Avant le début du traitement anticancéreux, il est possible de mettre en place plusieurs solutions pour réduire le risque de développer une mucite buccale. Si vous avez déjà débuté votre traitement et que souffrez de mucite buccale, voici des conseils pour la traiter.

La mucite buccale

Prévention

Une alimentation correcte et une bonne hygiène buccale sont les aspects les plus importants de la prévention de la mucite buccale avant et pendant le traitement.

- Adopter des habitudes quotidiennes avant la chimiothérapie ou la radiothérapie, notamment le brossage des dents deux fois par jour avec une brosse souple et l'utilisation de bains de bouche, peut également aider à prévenir le développement d'une mucite buccale.
- Avant le début du traitement, il est conseillé de consulter le dentiste de l'hôpital pour régler d'éventuels problèmes dentaires pouvant faciliter l'apparition d'une infection une fois le traitement anticancéreux commencé.
- Même les personnes n'ayant pas eu de problèmes dentaires (caries) depuis longtemps peuvent développer des complications dentaires après une radiothérapie. Votre dentiste devra y être attentif pendant toute la durée du traitement anticancéreux.
- La solution électrolytique pour bain de bouche Caphosol®+ a prouvé qu'elle aidait à prévenir la mucite buccale.¹

Traitement

Le rinçage régulier de la bouche et le brossage des dents à l'aide d'une brosse souple, deux fois par jour et après chaque repas, aideront à améliorer les symptômes.

Utiliser

- **Bains de bouche** - il existe différents bains de bouche qui aident à humidifier, apaiser et cicatriser la bouche. Caphosol® a cliniquement prouvé qu'il aidait à prévenir et à réduire la durée et la douleur de la mucite buccale.¹
- **Dentifrice au fluor** - le fluor aide à renforcer l'émail des dents et protège des caries et de l'infection.
- **Fil dentaire** - le passage de fil dentaire entre les dents une fois par jour aide à prévenir les infections buccales. Demandez d'abord conseil à votre médecin ou votre infirmier(ère) car l'utilisation de fil dentaire n'est pas recommandée chez tous les patients.

*Caphosol est indiqué comme adjuvant aux traitements standards d'hygiène buccale pour la prévention et le traitement de la mucite causée par une radiothérapie ou une chimiothérapie à haute dose. Pour plus d'information que Caphosol®, visitez www.caphosol.fr

La mucite buccale

Traitement (suite)

- **Brosse à dents souple** – l'utilisation d'une brosse à dents à poils souples réduit le risque de saignement. L'utilisation d'une nouvelle brosse à dents chaque mois et au début de chaque cycle de chimiothérapie protège des infections.
- **Glaçons ou crème glacée** – le fait de sucer des glaçons apaise la bouche et aide à l'humidifier. Dans la mesure où ceux-ci peuvent être coupants, demandez d'abord conseil à votre médecin avant d'en utiliser.
- **Baumes ou crèmes pour les lèvres** – l'utilisation de baumes pour les lèvres aide à garder les lèvres lubrifiées.
- **Boissons** – le fait de boire de grandes quantités de liquide aide à maintenir une bonne humidité dans la bouche.
- **Aliments mous** – le fait de cuire les aliments solides plus longtemps, voire de les mixer, réduit la douleur causée par la mastication lorsqu'on souffre de mucite buccale.
- **Médicaments antidouleur** – des médicaments sur prescription peuvent aider à soulager la douleur.

Il faut éviter

- **Le tabac** – le tabac peut provoquer une irritation de la bouche.
- **L'alcool** – la consommation d'alcool ou l'utilisation de bains de bouche contenant de l'alcool va provoquer une irritation de la muqueuse de la bouche.
- **Certains aliments** – les tomates et les aliments acides (tels que les citrons), épicés, pimentés, rugueux ou durs sont à éviter. Voir si après pour des conseils sur les aliments à consommer ou à éviter.

Quels aliments ?

Manger peut s'avérer douloureux et désagréable pour une personne souffrant de mucite buccale. Il est néanmoins extrêmement important de continuer à s'alimenter autant que la douleur le permet.

- Les personnes de faible poids corporel doivent essayer de gagner du poids avant le début de leur traitement. Consommer des en-cas et des barres énergétiques peut s'avérer utile.
- Des compléments alimentaires spéciaux existent si la douleur vous empêche de vous nourrir de façon suffisante. Un brossage des dents avec une brosse à dent souple après chaque repas ou en-cas vous aidera à prévenir les infections.

S'abstenir de consommer :

Des aliments rugueux ou croquants
Céréales sèches, toasts, popcorn, riz nature, légumes crus, fruits durs et aliments frits

Des aliments secs
Viande cuite au four ou frite, biscuits, biscuits salés, pain, brioches et gâteaux secs

Consommer en grandes quantités :

Céréales cuites ou trempées dans du lait, crêpes, pâtes, aliments cuits dans la sauce ou servis avec une sauce et fruits à chair tendre tels que bananes. Pour attendrir les légumes, ajouter du beurre ou de la margarine pendant la cuisson

Viandes en sauces, œufs, viande hachée, purée de pommes-de-terre, biscuits trempés dans une boisson, biscuits salés et pain trempés dans la soupe, gâteaux fourrés à la confiture ou à la crème pâtissière

Conseils culinaires :

Si vous coupez les aliments en petits morceaux, vous devrez moins mastiquer. Vous pourrez aussi avaler plus facilement les aliments si vous les mixez

Si vous cuisez ou laissez mijoter les aliments secs, ils seront plus tendres et plus faciles à manger

La mucite buccale

Quels aliments ? (suite)	S'abstenir de consommer :	Consommer en grandes quantités :	Conseils culinaires :
	De l'alcool Bière, vin et spiritueux	Lait, milkshakes, jus de fruits autres que jus de citron et boissons non alcoolisées non gazeuses	Utilisez une paille pour boire
	Des aliments âpres ou acides Agrumes et tomates. Y compris aliments, boissons et sauces contenant des agrumes ou des tomates	Pêches et poires en boîte, compote de pommes, fruits à chair tendre tels que bananes et sauces contenant du lait, du yaourt ou du fromage	Manger avec une petite cuillère aide à réduire la quantité de nourriture contenue dans chaque bouchée
	Des aliments et boissons très pimentés Boissons et potages pimentés et ceux contenant de la caféine	Milkshakes et crème glacée fondue	Laissez refroidir les potages et les boissons à une température acceptable
	Des aliments fortement assaisonnés Curry, chili assaisonné, aliments poivrés et salés	Assaisonnement à l'ail, aux fines herbes et à l'oignon et sauces à la crème ou au fromage	

Pour plus d'information sur la mucite buccale ou sur Caphosol[®], consultez votre médecin ou votre infirmier(ère). Vous pouvez aussi consulter les autres documents disponibles sur notre site www.mouthsmadegood.com

1 boîte contient 1x30 ou 4x30 doses de traitement.

1 dose de traitement = 2 récipients unidoses de 15 ml chacun, mélangés ensemble.

Forme pharmaceutique :

Solution pour bain de bouche. Solution aqueuse. Caphosol® est une préparation composée de deux solutions aqueuses sous conditionnements séparés, une solution de phosphate (Caphosol® A) et une solution de calcium (Caphosol® B). Lorsque les deux solutions sont mélangées à volume égal, elles forment une solution sursaturée à la fois en ions calcium et en ions phosphate.

Ingrédients :

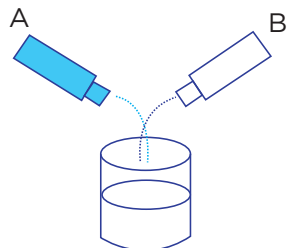
0,032 d'hydrogénophosphate de sodium, 0,009 de dihydrogénophosphate de sodium, 0,052 de chlorure de calcium, 0,569 de chlorure de sodium, eau purifiée qs (%m/m).

Actions :

Caphosol® est une solution électrolytique conçue pour hydrater, lubrifier et nettoyer la cavité buccale, y compris les muqueuses de la bouche, de la langue et de l'oropharynx.

Indications :

Sécheresse de la bouche et de l'oropharynx (hyposalivation, xérostomie), quelles qu'en soient la cause et la durée, temporaire ou permanente. Caphosol® est notamment indiqué comme adjuvant aux traitements standards d'hygiène buccale pour la prévention et le traitement de la mucite causée par une radiothérapie ou une chimiothérapie à haute dose. Le soulagement de la sécheresse de la muqueuse buccale dans ces conditions est associé à une diminution de la douleur.



Mode d'administration :

1) Mélanger 1 récipient unidose bleu (Caphosol® A) et 1 récipient unidose transparent (Caphosol® B) dans un verre propre.

2) Rincer la bouche soigneusement pendant 1 minute avec la moitié de la solution et recracher.

3) Répéter avec le reste de la solution et recracher.

Utiliser immédiatement après avoir mélangé les deux récipients unidoses.

Posologie :

4 à 10 bains de bouche par jour. Utiliser pour la durée du traitement ou selon les instructions du médecin.

Interactions avec d'autres traitements :

Il n'y a pas d'interaction connue avec d'autres médicaments ou produits.

Précautions particulières d'emploi :

Évitez de manger ou boire pendant au moins 15 minutes après utilisation. Ne pas utiliser le récipient unidose s'il n'est plus scellé ou s'il présente des signes de fuite ou de dommage. Contient du sodium (71 mg par dose de traitement de 30 ml). Les patients suivant un régime alimentaire pauvre en sodium doivent consulter leur médecin avant utilisation. Tenir hors de la portée des enfants.

Ne pas congeler.

Aucun effet indésirable n'est attendu si Caphosol® est avalé accidentellement.

Reference:

1. Papas AS et al. *Bone Marrow Transplant* 2003;**31**:705–712.