

## Mucositis

### ¿Qué es la mucositis?

Mucositis es la aparición de llagas o inflamación en el interior de la boca. Es un efecto secundario común de la quimioterapia, la radioterapia y el trasplante de médula ósea.

Es importante comer bien durante el tratamiento del cáncer y tener una buena higiene bucal para ayudar a prevenir las llagas en la boca.

### ¿Qué debo hacer si tengo mucositis?

- Pregunte a su proveedor de servicios médicos acerca de algún medicamento que pueda aplicar directamente a las llagas para calmar el dolor.
- Beba por lo menos 8 a 10 vasos de líquidos diariamente.
- Cepílese los dientes tres veces al día con un cepillo de cerdas suaves. Si el cepillo es demasiado duro para sus encías, pruebe usar hisopos o gasa.
- Enjuague su boca diariamente con una solución de agua con sal (ver abajo) cuatro veces al día.
  - Solución de agua con sal
    - 1 vaso de agua tibia
    - 1/8 cucharada de sal
    - 1/8 cucharada de bicarbonato de sodioHaga buches y escupa pequeñas cantidades y luego enjuague la boca con agua simple.

### ¿Cómo se trata la mucositis?

Sus médicos pueden ayudarle a decidir el mejor tratamiento, que puede incluir algunos de estos:

- Medicamentos para el dolor
- Medicamentos antihongos
- Cambios en su tratamiento de radiación o quimioterapia

**SI SE SIENTE MAL, TÓMESE LA TEMPERATURA. LLAME A SU DOCTOR O ENFERMERA SI TIENE UNA TEMPERATURA SUPERIOR A 100.3°F.**

### Sugerencias Útiles

- Coma alimentos fríos o a temperatura ambiente.
- Ingiera alimentos blandos tales como helado, huevos, natillas, puré de papas, bananas, arroz y pasta.
- Ingiera proteínas bien cocidas, tales como pollo.
- Ablande con líquidos los alimentos duros.
- Utilice un humectante bucal como Biotene®, disponible en muchas farmacias.
- Utilice bálsamo labial.
- Evite las cosas que puedan irritar la boca, como las bebidas alcohólicas, los alimentos picantes o ácidos, los derivados del tabaco y los enjuagues bucales.
- Lleve una botella de agua con usted. Beber mucha agua ayuda a mantener la boca humectada.

Si usted es neutropénico y está en riesgo de infecciones, asegúrese de preguntar a su doctor acerca de las comidas más convenientes para usted. Los dietistas registrados del Centro de Bienestar y Salud Integral Linda B. y Robert B. Wiggins también pueden ayudarle a elaborar un plan alimenticio. Llame al 801-587- 4585 para hacer una cita o para recibir más información.

### ¿Cuándo debo llamar a mi médico o enfermera?

Llame si sucede algo de lo siguiente:

- Si tiene dificultad para respirar.
- Su boca no sana o empeora.
- Tiene manchas blancas en los labios, encías o lengua.
- Tiene fiebre de más de 100.3°F

**Número del médico:** \_\_\_\_\_