



MladiCe

Podrška mladima sa rakom



ZDRAVLJE ZUBA

Lečenje raka u detinjstvu često povećava rizik od stomatoloških problema. Važno je da deca koja su preživela rak razumeju zašto je stomatološka nega posebno važna.

FAKTORI RIZIKA ZA STOMATOLOŠKE PROBLEME NAKON LEČENJA RAKA KOD DECE

- Lečenje hemoterapijom pre nego što se trajni zubi u potpunosti formiraju, posebno ako je pacijent bio mlađi od 5 godina kada je lečen.
- Zračenje koje uključuje glavu i usta, kao što su:
 - Kranijalni (ceo mozak)
 - Kraniospinalni
 - Nazofaringealni (nos i grlo)
 - Orofaringealni (usta i grlo)
 - Orbital
 - Oko/oči
 - Uho
 - Infratemporalni (srednji deo lica iza jagodica)
 - cervikalni (vrat)
 - Cervikalna kičma (kičma u predelu vrata)
 - Plašt (oblast vrata i grudi)
 - Totalno zračenje tela (TBI)

STOMATOLOŠKI PROBLEMI NASTALI ZBOG LEČENJA

Problemi koji mogu biti rezultat hemoterapije tokom detinjstva uključuju:

- Povećan rizik od karijesa
- Skraćivanje ili stanjivanje korena zuba
- Odsustvo zuba ili korena
- Problemi sa razvojem zubne gleđi koji dovode do belih ili promenjenih mrlja na zubima, žlebova i udubljenja na zubima i/ili lakog bojenja zuba

Pošto se zubi razvijaju sporo, veća je verovatnoća da će se ovi problemi razviti kod ljudi koji su primali hemoterapiju tokom dužeg perioda (nekoliko godina) tokom detinjstva.

Problemi koji mogu biti posledica zračenja u ustima i/ili pljuvačnim žlezdama uključuju:

- Povećan rizik od karijesa
- Skraćivanje ili stanjivanje korena zuba
- Odsustvo zuba ili korena
- Pogrešan razvoj zubne gleđi što dovodi do belih ili promenjenih mrlja na zubima, žlebova i udubljenja na zubima i/ili lakog bojenja zuba
- Mali zubi
- Rani gubitak zuba
- Mlečni zubi ne ispadaju
- Problemi sa razvojem zuba ili odloženo nicanje stalnih zuba
- Povećan rizik od osetljivosti zuba na osećaj toplote i hladnoće
- Kserostomija (suva usta zbog smanjene proizvodnje pljuvačke)
- Promena ukusa
- Trismus (ograničena sposobnost potpunog otvaranja usta)
- Disfunkcija temporomandibularnog zgloba (uzrokujući bol ispred ušiju)
- Malokluzija (problem sa ugrizom, kao što je prekomerni ili nedovoljan zagriz)
- Abnormalni rast kostiju lica i vrata
- Parodontalna (desna) bolest

LEČENJE STOMATOLOŠKIH PROBLEMA

Briga o zubima i desni je uvek važna, a još je važnija ako je pacijent u mladosti imao zračenje ili hemoterapiju. Ako nečije desni nisu zdrave, mogu se smanjiti od zuba, uzrokujući infekciju u kosti koja podržava koren. Kost se tada može polako rastvoriti, uzrokujući da se zubi olabave. Ovo stanje se naziva parodontitis, što znači upalu koja okružuje zub. Parodontitis se može sprečiti pravilnim pranjem zuba i desni i čišćenjem koncem između zuba najmanje jednom dnevno.

Ako se pacijentovi stalni zubi ne razvijaju normalno, možda će mu trebati kapice ili krunice kako bi poboljšali funkciju svojih zuba. Ponekad je potrebna rekonstruktivna hirurgija da bi se ispravio slab rast kostiju lica ili vilice.

Zračenje ponekad može otežati potpuno otvaranje usta (trizam) ili uzrokovati ožiljke i otvrdnuće mišića vilice (fibroza). Vežbe istezanja za vilicu mogu smanjiti fibrozu i poboljšati mogućnost otvaranja usta. Stomatolog će moći da uputi pacijente ili ih uputi na radnu terapiju da nauče ove vežbe.

Iskrivljeni ili mali zubi mogu se popraviti lepljenjem. Ako su proteze potrebne, stomatolog će uraditi panoreks rendgenski snimak zuba da vidi da li su zubi, koreni i potporna kost dovoljno jaki za protezu.

Pacijenti koji su imali alogenu transplantaciju koštane srži ili matičnih ćelija (od donatora koji nisu oni sami) treba da obaveste svog stomatologa, kako bi stomatolog mogao da proveri da li postoje dugoročne komplikacije koje ukazuju na hroničnu bolest transplantata protiv domaćina.

KSEROSTOMIJA

Suva usta, takođe nazvana “kserostomija”, može se pojaviti nakon zračenja glave ili vrata. Drugi problemi povezani sa kserostomijom uključuju upornu upalu grla, osećaj pečenja u ustima i desni, probleme sa govorom, otežano gutanje, promuklost ili suve nosne prolaze. Suvoća usta je rezultat smanjene pljuvačke i/ili zgušnjavanja pljuvačke i može dovesti do razvoja karijesa. Ovo se obično dešava samo sa dozama zračenja od 40 Gi (4000 cGi/rad) ili više za usta i/ili pljuvačne žlezde. Često pijenje tečnosti i upotreba veštačke pljuvačke može pomoći u ublažavanju simptoma kserostomije. Pravilne navike četkanja su veoma važne za osobe sa kserostomijom, kao i ograničavanje unosa slatkiša i drugih slatkiša. Zubar takođe može preporučiti nanošenje fluoridnog gela na zube najmanje jednom dnevno kako bi gled bila otpornija na karijes.

MERE PREDOSTROŽNOSTI KADA RADITE STOMATOLOG

Pacijenti uvek treba da obaveste svog stomatologa ako imaju sledeća zdravstvena stanja:

- Šant (hirurško postavljanje cevi za odvod tečnosti iz mozga)
- Procedura spasavanja ekstremiteta (zamena kosti metalnom šipkom ili koštanim graftom)
- Propušta srčani zalistak (ovo se ponekad dešava nakon zračenja u grudima)

U bilo kojoj od ovih situacija, bakterije koje inače ulaze u krvotok tokom stomatoloških radova mogu dovesti do ozbiljnih infekcija. Kao mera predostrožnosti protiv infekcije, pacijenti sa gore navedenim stanjima treba da uzimaju antibiotike pre bilo kakvog stomatološkog rada. Antibiotike treba da prepíše ili o tome razgovara sa stomatologom. Stomatolog takođe treba da zna da li su pacijenti imali splenektomiju (hirurško uklanjanje slezine) ili da li su imali visoke doze zračenja (30 Gi – 3000 cGi/rad ili više) na slezinu.

KOJI JE RIZIK OD RAZVOJA ORALNOG RAKA?

Ljudi koji su imali zračenje glave i vrata u detinjstvu mogu biti izloženi povećanom riziku od raka usne šupljine. Upotreba duvana u bilo kom obliku ili upotreba alkohola u kombinaciji sa pušenjem u velikoj meri povećava ovaj rizik. Stomatolog treba da obavi pregled oralnog karcinoma tokom svake posete. Ako pacijent primeti nešto od sledećeg, treba odmah da obavesti svog stomatologa:

- Rana koja ne zaceljuje ili koja lako krvari
- Promena boje tkiva usta
- Kvržica, zadebljanje ili gruba tačka u ustima
- Bol, osetljivost ili ukočenost bilo gde u ustima ili na usnama.

U većini slučajeva, ovi simptomi ne ukazuju na nikakav problem, ali stomatolog može reći da li su znak ozbiljnog problema.

ODRŽAVANJE ZDRAVLJA ZUBA I USTA

Pridržavajte se ovih preporuka (osim ako stomatolog ne preporuči drugačije):

- Posetite zubara redovno najmanje svakih šest meseci. Uverite se da stomatolog ima kompletnu zdravstvenu istoriju sa detaljima o primljenom tretmanu. (Zatražite od onkologa rezime lečenja.) Poseta bi trebalo da uključuje skrining oralnog karcinoma; pacijenti treba da obaveste svog stomatologa ako primete znake upozorenja oralnog raka.
- Uradite Panorex rendgenski snimak pre stomatoloških/ortodontskih procedura da biste procenili razvoj korena zuba i utvrdili da li je potrebno izvršiti bilo kakve izmene u planu stomatološkog lečenja.
- Perite zube najmanje dva puta dnevno

* Koristite pastu za zube koja sadrži fluor da biste sprečili karijes

* Postavite četkicu pod blagim uglom prema desni kada četkate duž linije desni

* Koristite nežan dodir, jer snažno četkanje može iritirati desni

* Očistite sve površine zuba

* Operite jezik da biste uklonili bakterije koje mogu izazvati loš zadah

- Čistite zube koncem jednom ili dva puta dnevno. Pažljivo čistite konce između zuba jer samo četkanje ne uklanja plak između zuba. Koristite nežan dodir da biste izbegli povredu desni. Normalno je da imate malo krvarenje pri čišćenju koncem. Obavestite stomatologa ako se krvarenje pojača ili su desni crvene i natečene jer to mogu biti znaci infekcije.

Koristite antibakterijska sredstva za ispiranje usta sa fluorom bez alkohola.

- Često pijte tečnost i/ili koristite veštačku pljuvačku.
- Često nanosite fluor. Stomatolog može preporučiti svakodnevno ispiranje fluorom ili gel za upotrebu kod kuće nakon pranja zuba kao dodatak specijalnoj primeni fluora koja se dobija tokom redovnog čišćenja zuba.
- Ograničite slatkiše i hranu bogatu ugljenim hidratima.
- Ne koristite duvanske proizvode i koristite alkohol samo umereno.
- Odmah obavestite stomatologa ako se u ustima ili desnima jave bilo kakvi znaci infekcije, kao što su crvenilo, osetljivost, prekomerno krvarenje desni, bolni zubi i/ili povećana osetljivost.

Priredio tim Čika Boce & MladiCe

Izvor: Late Effects of Treatment (childrensoncologygroup.org)



MladiCe

Podrška mladima sa rakom