NUTRITION ET CANCER

Conseils en cas d'aphtes et mucites

SUCER DES GLAÇONS, DE LA GLACE PILÉE, DES GLACES À L'EAU OU DES SORBETS

Les glaçons peuvent lubrifier la bouche et limiter les douleurs.
Consommer des plats à température ambiante (ni trop chaud ni trop froid).

SE BROSSER LES DENTS RÉGULIÈREMENT

Avec un dentifrice neutre et sans parfum de préférence (les dentifrices mentholés qui peuvent piquer en cas de plaies).

S'HUMIDIFIER RÉGULIÈREMENT LA BOUCHE ET BOIRE RÉGULIÈREMENT

Rincer votre bouche à plusieurs reprises dans la journée (et en particulier avant de manger) .
Garder une bouteille d'eau près de votre lit la nuit, à portée de main.
Vous pouvez réaliser 6 à 7 bains de bouche par jour (garder 1 minute en bouche avant de cracher).

Bien respecter les bains de bouche prescrits par votre médecin.

LUBRIFIER LES ALIMENTS

Ajouter des sources de gras dans vos plats pour faciliter la déglutition : crème, huile, beurre.

ÉVITER LES ALIMENTS FARINEUX

Ils sont susceptibles de laisser des dépôts sur la muqueuse. Eviter : les pâtes à tarte, les pomme de terre ou les préparations à base de farine.

PRIVILÉGIER LES ALIMENTS ONCTUEUX / MOUSSEUX

Les textures lisses et/ou compacts sont particulièrement adaptés par exemple : soupe, potage, flan, crème, purée etc...

CENTRE DE LUTTE CONTRE LE CANCER LEON BERARD