

# Prendre un rince-bouche en oncologie

## Traiter la mucosite oropharyngée



**Vous avez un problème de santé à la bouche ou à la gorge à cause de vos traitements contre le cancer. On vous a prescrit un rince-bouche pour vous soulager. Cette fiche vous explique comment l'utiliser.**

### Pourquoi dois-je utiliser ce rince-bouche ?

Vos traitements contre le cancer vous donnent un problème de santé qu'on appelle une « mucosite oropharyngée ». Celle-ci peut provoquer les symptômes suivants dans la bouche ou la gorge :

- Douleurs
- Tissus (muqueuses) irrités ou enflés et rouges
- Ulcères (aphtes)
- Salive épaissie ou absente
- Tissus (muqueuses) épaissis
- Crevasses, fissures ou saignements
- Difficulté à ouvrir la bouche (trismus)
- Difficulté à boire, manger ou avaler



Pour vous soulager, on vous a prescrit un rince-bouche spécial, qu'on appelle rince-bouche oncologique. Il peut se présenter sous deux formes :

- avec corticostéroïde
- avec lidocaïne

Le choix est fait par votre équipe de soins en fonction de votre cas.

### Quand dois-je faire le traitement ?

Il faut le faire 4 fois par jour, à différents moments de la journée. Cela peut être, par exemple, au lever, une fois dans la matinée, une autre dans l'après-midi et au coucher.

### Comment faut-il prendre le rince-bouche ?

- 1 Sortez le rince-bouche du frigo et agitez-le bien.
- 2 Versez 15 à 30 ml, selon votre confort en bouche, dans le flacon gradué fourni par votre pharmacien. Rincez-vous la bouche avec le liquide.

**Attention!** Vous devez garder le produit pendant au moins 2 minutes dans la bouche pour que le traitement soit efficace.

- 3 Recrachez le rince-bouche. Il ne faut pas l'avaler. Vous ne devez pas manger ni boire pendant 30 minutes après. Vous pourriez avoir des problèmes pour avaler.

**Si la mucosite vous cause des douleurs, sucer un cube de glace ou un autre produit glacé permet de les soulager entre les prises de rince-bouche.**

## Que faire si je porte une prothèse ou un appareil dentaire ?

Vous devez les retirer :

- quand vous utilisez le rince-bouche
- pendant la nuit ou pour une période d'au moins 8 heures par jour

Si votre bouche est sensible, portez votre prothèse dentaire seulement lors des repas.

On vous a peut-être prescrit le rince-bouche en prévention. Si c'est le cas, il faut cesser complètement de porter votre prothèse pendant un épisode de mucosité.

## Comment dois-je ranger le rince-bouche ?

Une fois ouvert, vous devez le conserver au frigo pendant un maximum de 2 semaines.

## Que puis-je faire d'autre pour diminuer ma mucosité ?

Voici quelques conseils :

### HYGIÈNE

- > Ayez une bonne hygiène de la bouche et des dents. Voir la fiche santé [Santé de votre bouche et traitements contre le cancer.](#)



- > N'utilisez pas de rince-bouches commerciaux contenant de l'alcool (ex. : Listerine, Scope). Ils pourraient vous irriter et augmenter la douleur.

### ALIMENTATION

- > Buvez beaucoup de liquide.
- > Évitez les aliments secs, durs, épicés, chauds ou très acides.
- > Limitez ou cessez la prise d'alcool, de café et de tabac.



## Quels signes dois-je surveiller ?

Appelez votre équipe de soins si vous avez l'un des signes suivants :

- > Réaction allergique (ex. : enflure au visage, difficulté à respirer)
- > Symptômes qui s'aggravent ou qui ne diminuent pas 48 heures après le début du traitement (ex. : douleurs, saignements, difficulté à ouvrir la bouche)
- > Difficulté à avaler ou incapacité de manger ou de boire pendant plus de 24 heures
- > État général qui se dégrade
- > Plaques blanchâtres dans la bouche
- > Présence de signes de déshydratation :
  - soif intense
  - regard terne et yeux enfoncés
  - maux de tête
  - apparition d'un pli de la peau qui n'existait pas avant
  - peau sèche, froide et pâle
  - agitation, état un peu endormi (léthargie) ou grande faiblesse
  - urine en faible quantité
  - sensation de ne plus savoir où on est (désorientation), vertiges
  - malaise, étourdissements



## À qui m'adresser pour obtenir de l'aide ou poser des questions ?

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à communiquer avec votre équipe de soins.



### RESSOURCES UTILES

Société canadienne du cancer :

> 1 888 939-3333

> [cancer.ca](http://cancer.ca)

Institut national du cancer :

> [e-cancer.fr](http://e-cancer.fr)

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site [chumontreal.qc.ca/fiches-sante](http://chumontreal.qc.ca/fiches-sante)

Inspiré de : *Feuille de suivi du traitement de la mucosite oropharyngée*, Institut national d'excellence en santé et en services sociaux, 2022.



### Questions

Notez les questions que vous voulez poser à votre équipe de soins pour ne pas les oublier.



---

---

---

---

---



### Observations - Remarques

Notez les observations que vous jugez importantes : sur vos symptômes, vos soins, votre suivi, votre niveau d'énergie, etc.



---

---

---

---

---

*Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.*

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal [chumontreal.qc.ca](http://chumontreal.qc.ca)