

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**

Institut national du cancer :
> **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

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