VICS PAEDIATRIC INTEGRATED CANCER SERVICE

परिवारों के लिए सूचना संसाधन

मुँह की देखभाल
Mouthcare

कीमोथेरेपी या अस्थि-मज्जा प्रत्यारोपण के दौरान अपने बच्चे के दाँतों और मुँह की देखभाल करना

प्रमुख बिंदु

आपके बच्चे को दंत-चिकित्सक के पास जाना चाहिए:

- अस्पताल में अपना उपचार शुरू करवाने के बाद जल्द ही
- सक्रिय ऑन्कोलॉजी उपचार के दौरान हर तीन से छह महीने में।

अपने बच्चे के दाँतों और मुँह की देखभाल करने से:

- आपके बच्चे के कैंसर के उपचार के कारणवश दर्द और खून बहना कम हो सकता है
- संक्रमण की संभावना कम हो सकती है
- दाँतों में दरारें पड़ने और मसूढ़ों से खून बहने जैसी भविष्य में मुँह और दाँतों की समस्याओं का जोखिम कम हो सकता है।

कैंसर का उपचार लेने वाले अधिकाँश बच्चों के लिए मुँह की अच्छी देखभाल में एक नर्म टूथब्रश और टूथपेस्ट के साथ एक दिन में दो बार ब्रश करना शामिल है। यदि आपके बच्चे के मुँह में दर्द हो रहा हो, तो अपनी कैंसर टीम के साथ बात करें।

यदि आपके बच्चे के मुँह में दर्द हो रहा हो, तो अपनी कैंसर टीम के साथ बात करें।

मुँह में दर्द क्यों होता है?

कीमोथेरेपी और विकिरण का उपयोग कैंसर की कोशिकाओं को नष्ट करने के लिए किया जाता है। दुर्भाग्य से कीमोथेरेपी और विकिरण स्वस्थ कोशिकाओं और कैंसर कोशिकाओं के बीच फर्क को नहीं बता सकता है। नतीजतन शरीर में कुछ स्वस्थ कोशिकाएँ भी क्षतिग्रस्त हो सकती हैं। इससे मुँह मे दर्द पैदा हो सकता है।

मुँह की देखभाल करना महत्वपूर्ण क्यों है?

अपने बच्चे के दाँतों और मुँह की देखभाल करने से:

- आपके बच्चे के कैंसर के उपचार के कारणवश दर्द और खून बहना कम हो सकता है
- संक्रमण से बचाव हो सकता है
- दाँतों में दरारें पड़ने और मसूढ़ों से खून बहने के जैसी भविष्य में मुँह और दाँतों की समस्याओं का जोखिम कम हो सकता है।

ANZCHOG
Australian & New Zealand Childrens Haematology/Oncology Group

यह परियोजना कैंसर ऑस्ट्रेलिया *कैंसर से ग्रस्त लोगों को समर्थन* अनुदान पहल है, जो ऑस्ट्रेलियाई सरकार द्वारा वित्त-पोषित है

Australian Government
Cancer Australia

अस्वीकरण: केवल शिक्षा और जानकारी के लिए। प्रकाशन के समय सामग्री सही है, परंतु समय के साथ जानकारी बदल सकती है। अपने चिकित्सीय सवालों के जवाब के लिए हमेशा अपनी स्वास्थ्य देखभाल टीम से सलाह लें। जून 2014 में प्रकाशित।

एक दँत-चिकित्सक द्वारा जाँच

जब आपके बच्चे का पहली बार रोग-निदान किया जाए, तो उन्हें उपचार शुरू करने के बाद जल्द ही अस्पताल में एक दँत-चिकित्सक के पास जाना चाहिए। दँत-चिकित्सक:

- संक्रमण या संक्रमण के संभव स्रोतों की जाँच करेगा
- किसी खाद्य-पदार्थ या प्लैक के जाल को कम करेगा या हटा देगा। उदाहरण के लिए, यदि आपके बच्चे के ब्रेसज़ लगे हुए हैं या उसके पास कोई अन्य उपकरण है, तो दँत-चिकित्सक उन्हें हटाने की सँस्तुति कर सकता है
- आपको और आपके बच्चे को यह दिखा सकता है कि आपके बच्चे के दाँतों को ठीक से कैसे ब्रश करना चाहिए
- आपको और आपके बच्चे को यह दिखा सकता है कि आपके बच्चे के दाँतों को ठीक से कैसे ब्रश करना चाहिए
- आपको सही आकार का एक टूथब्रश दे सकता है और आपको यह बता सकता है कि क्या आपके बच्चे को फ्लॉस करना चाहिए
- आहार के बारे में यह बता सकता है कि क्या करना चाहिए और क्या नहीं, जिससे कि आपको अपने बच्चे के दाँतों और मुँह की देखभाल करने में मदद मिल सके
- आपको यह बता सकता है कि सँक्रमण से कैसे बचाव किया जाए और मुँह को नम और आरामदायक कैसे बनाए रखा जाए
- साथ मिलकर आप और दँत-चिकित्सक एक ऐसी योजना बनाएँगे जोकि आपके बच्चे की ज़रूरतों को सबसे अच्छी तरह से पूरा करेगी
- आदर्श रूप से आपके बच्चे के सक्रिय ऑन्कोलॉजी उपचार के दौरान उसे हर तीन से छह महीने में दँत-चिकित्सक के पास जाना चाहिए। यह दँत-चिकित्सक आपके अस्पताल में या आपके बच्चे का नियमित दँत-चिकित्सक हो सकता है।

आपकी टीम जारी देखभाल के लिए सबसे अच्छी जगह तय करने में आपकी मदद करेगी। यदि आपका बच्चा एक सामुदायिक दँत-चिकित्सक के पास जा रहा है, तो उसे यह बताना सुनिश्चित करें कि आपके बच्चे का कैंसर का इलाज चल रहा है।

सुझाव

अपने बच्चे के दाँत और मुँह की देखभाल कैसे करें

1. आपकी मदद के साथ आपके बच्चे को सुबह और सोने से पहले एक छोटे से नर्म टूथब्रश का उपयोग करके अपने दाँतों और जीभ को ब्रश करना चाहिए।
2. गोलाई में हाथ के छोटे-छोटे चलन द्वारा अच्छी तरह से दाँतों को साफ करें, लेकिन बहुत सख्ती से ब्रश करने का प्रयास न करें क्योंकि इससे मसूड़ों से खून निकल सकता है। एक बार दाँतों का उपचार कर देने के बाद आपका दँत-चिकित्सक आपको बताएगा कि क्या आपके बच्चे को अपने दाँत ब्रश करने के तरीके को बदलना चाहिए या नहीं।
3. बाहर थूकें, कुल्ला न करें।
4. आदर्श रूप से दाँतों की सफाई करने के बाद कुछ भी खाने या पीने से पहले 30 मिनट तक प्रतीक्षा करें।
5. हरेक तीन महीनों में अपने बच्चे के टूथब्रश को फेंक दें और एक नया टूथब्रश खरीदें।
6. टूथब्रश को हवा में सुखाने के लिए बाहर छोड़ दें।
7. वयस्क-शक्ति के टूथपेस्ट का इस्तेमाल किया जाना चाहिए। यदि आपके बच्चे को स्वाद पसंद नहीं है, तो Colgate™ Spiderman या Macleans™ Big Teeth ब्राँड हल्के बेरी-पुदीना के स्वाद वाले ऐसे वयस्क-शक्ति के टूथपेस्ट हैं जिन्हें आपका बच्चा पसंद कर सकता है।
8. यदि आपके बच्चे के दाँतों में कोई सड़न नहीं है (आपका दँत-चिकित्सक आपको बता देगा कि कोई सड़न है या नहीं), तो वयस्क-शक्ति के फ्लुओराइड वाले टूथपेस्ट का प्रयोग करके दाँत ब्रश करें (बच्चों का टूथपेस्ट नहीं)।
9. यदि आपके बच्चे के दाँतों में सड़न है (अपने दँत-चिकित्सक से पूछें), तो दँत-चिकित्सक द्वारा सँस्तुति किए गए उत्पादों का प्रयोग करके दाँतों को ब्रश करें।

अस्वीकरण: केवल शिक्षा और जानकारी के लिए। प्रकाशन के समय सामग्री सही है, परंतु समय के साथ जानकारी बदल सकती है। अपने चिकित्सीय सवालों के जवाब के लिए हमेशा अपनी स्वास्थ्य देखभाल टीम से सलाह लें। जून 2014 में प्रकाशित।

यदि आपके बच्चे के मसूड़ों से खून निकलता है या आपके बच्चे के मुँह में दर्द होता है, तो

- कृपया जल्दी से जल्दी अपने बच्चे का इलाज करने वाली टीम से संपर्क करें।
- यदि दाँतों को ब्रश करते समय आपके बच्चे के मसूड़ों से खून निकलता है, या उसके मुँह में इतना दर्द होता है कि वह ब्रश ही न कर सके, तो आपके बच्चे को अपना मुँह और जीभ साफ करने के लिए एक फोम स्पॉन्ज या सुपर-सॉफ्ट ब्रश का प्रयोग करना चाहिए। इसके बारे में अपनी नर्स से पूछें।
- सुपर-सॉफ्ट/सर्जिकल टूथब्रशों को सामान्यत: दँत विभाग से खरीदा जा सकता है।
- जब आपके बच्चे के मुँह से आगे खून न निकले या उसमें दर्द न हो, तो वह सामान्य तरीके से ब्रश और फ्लॉस कर सकता है।

आपके बच्चे को दाँतों और मुँह की देखभाल जटिलताओं होने का अधिक खतरा हो सकता है यदि वह निम्नलिखित से ग्रस्त हो:

- फीब्राइल न्यूट्रोपेनिया
- म्यूकोसिटिस
- उसका एक BMT हुआ हो (आज के दिन तक पूर्व-कंडीशनिंग +100)
- दाँत में सड़न।

यदि ऐसा हो, तो अपने बच्चे के दँत-चिकित्सक द्वारा सँस्तुति दिए गए उत्पादों के साथ दिन में तीन बार नर्म टूथब्रश का प्रयोग करके दाँतों, मसूड़ों और जीभ को ब्रश करें।

दँत फोम स्पॉन्ज और नर्म टूथब्रश

और अधिक जानकारी

माता-पिता, दँत-चिकित्सा विभाग, The Royal Children's Hospital के लिए सूचना
www.rch.org.au/dentistry/information_for_parents/

जानकारी पुस्तक: रोग-निदान के बाद जीवन, संस्करण 3
www.pics.org.au/Assets/446/1/TheInfoBookFORWEB.pdf

बेहतर स्वास्थ्य चैनल (विक्टोरिया राज्य सरकार)

बच्चों के लिए दँत-देखभाल
www.betterhealth.vic.gov.au/bhcv2/bhcarticles.nsf/pages/ct_teeth?open&cat=Teeth_-_Dental_care_for_children

दँत-देखभाल – शिशुओं में दाँत की सड़न रोकना
www.betterhealth.vic.gov.au/bhcv2/bhcarticles.nsf/pages/Dental_care_preventing_infant_tooth_decay?open

टूथ ब्रश करना – इसे जल्दी शुरू करें
www.betterhealth.vic.gov.au/bhcv2/bhcarticles.nsf/pages/Toothbrushing_start_it_young?open

यह जानकारी The Royal Children's Hospital मुँह की देखभाल विवरणिका की अनुमति से अनुकूलित और उत्पादित की गई है

अस्वीकरण: केवल शिक्षा और जानकारी के लिए। प्रकाशन के समय सामग्री सही है, परंतु समय के साथ जानकारी बदल सकती है। अपने चिकित्सीय सवालों के जवाब के लिए हमेशा अपनी स्वास्थ्य देखभाल टीम से सलाह लें। जून 2014 में प्रकाशित।
Hindi