

# IL PAZIENTE ONCOLOGICO

## *I consigli dell'Igienista Dentale*

È importante mantenere una buona **igiene orale domiciliare** per evitare complicanze orali tali da dover sospendere la terapia oncologica. **Seguono dei semplici consigli:**

- Lavare delicatamente denti e gengive almeno **2-3 volte al giorno** preferibilmente la mattina e la sera prima di andare a letto
- Usare uno **spazzolino** con **testina piccola** e filamenti morbidi
- Preferire **dentifrici** dall' aroma delicato, **fluorati** e/o con sostanze **remineralizzanti**;  
Effettuare **l'igiene interdentale** con **scovolini** e/o **filo** interdentale senza creare traumi alla gengiva, il tuo Igienista può mostrarti lo strumento più adatto alle tue esigenze
- **Limitare** il consumo di cibi e bevande ricche di **zuccheri** ed evitare **cibi** molto **croccanti** e **irritanti** per il cavo orale (ad es. spezie, formaggi stagionati, bevande alcoliche e acide, pane croccante etc.)
- **Bere frequentemente** sorsi d'acqua per mantenere la bocca idratata e in caso di secchezza usare dei **sostituti salivari** in forma di gel, spray o collutori
- Masticare **gomme senza zucchero** per stimolare il flusso salivare e neutralizzare l'acidità nel cavo orale
- Sottoporsi a regolari **controlli** odontoiatrici e **sedute di igiene orale professionale**
- **Osservare** il proprio cavo orale (**guance, lingua, labbra, palato, pavimento orale**) e informare il proprio dentista e Igienista dentale in presenza di **lesioni sospette**
- Su indicazione del tuo Igienista dentale utilizza **gel remineralizzanti** da applicare in piccola quantità sui denti una o più volte al giorno, con uno spazzolino da denti o in una mascherina appositamente realizzata, per garantire una adeguata protezione di smalto e dentina.

