CancerCare Manitoba
ActionCancerManitoba

Hindi

Mucositis (sore mouth/throat)

म्युकोसाईटिस - mucositis (मुँह/गले का दर्द)

An inflammation of the tissues in the mouth and/or throat is called mucositis. This can be caused by chemotherapy and radiation. Mucositis can start five to seven days after chemo and about two weeks after radiation to the head and neck. If it occurs, it will heal with time and care.

Mucositis can put you at risk for infection. Good mouth care can help prevent infection.

Seeing your dentist for a check up before you start treatment is advised.

Signs of mucositis may be:

- discomfort or pain
- redness
- mouth sores
- burning feeling
- trouble swallowing
- sensitivity to alcohol, hot, cold, salty, spicy or acidic foods and drinks
- pain or difficulty wearing your dentures

मुंह और/या गले में ऊतकों (टिशुओं) की सूजन को म्युकोसिटिस कहते हैं। यह रसायन चिकित्सा तथा किरणपात के कारण हो सकती है। ्युकोसाईटिस रसायनिक चिकित्सा के पाँच से सात दिन बाद तथा सिर और गरदन के किरणपात उपचार के दो सप्ताह बाद शुरू हो सकती है। यदि यह होती है तो समय एवं देखभाल के साथ ठीक हो जायगी।

म्युकोसिटिस से आपको संक्रमण का खतरा हो सकता है। मुँह की अच्छी देखभाल संक्रमण रोकने में सहायक हो सकती है।

आपको उपचार से पहले अपने दंत चिकित्सक से जाँच करवाने का सुझाव है।

म्युकोसिटिस के चिन्ह निम्न हो सकते हैं:

- विकलता अथवा पीड़ा
- लाली
- मुँह में छाले
- जलन अनुभव करना
- निगलने में कठिनाई
- मदिरा, गरम, ठंडा, नमकीन, मसालेदार, या अमलीय भोजन तथा पेय पदार्थों के प्रति सम्वेदनशीलता
- क्रित्रिम दन्तावली पहनने में पीड़ा या कठिनाई

MAY, 2010 *Production of this publication was made possible through a financial contribution from the Public Health Agency of Canada. The views expressed herein do not necessarily represent the views of the Public Health Agency. Translated materials completed by Sexuality Education Resource Centre.* For copies of all topic information and languages go to: www.cancercare.mb.ca/translated_treatment_info

CancerCare Manitoba
ActionCancerManitoba

Hindi

Mucositis (sore mouth/throat)

म्युकोसाईटिस - mucositis (मुँह/गले का दर्द)

Call your nurse or doctor if you have:

- a fever 38°C or 100.4°F
- trouble eating or swallowing
- white spots in your mouth or on your tongue
- sores in your mouth and/or on your lips

You will require medication to treat these symptoms.

Mouth Care Tips

- Brush your teeth and tongue with a very soft toothbrush. Use a toothpaste with no peroxide, tartar control or fluoride. Example: Biotene, Sensodyne
- Avoid mouthwashes that contain alcohol.
- Rinse your mouth after eating and before bed. Use one half teaspoon of salt <u>or</u> baking soda to one cup of warm water.
- Do not smoke.
- Do not floss if your blood is low while on chemotherapy.
- If you are having radiation to the head and neck do not floss at all.

अपने डॉक्टर अथवा नर्स को संम्पर्क करें यदि आपको:

- 38 सेल्सियस या 100.4 फेहरनहाईट बुखार है।
- खाने या निगलने में कठिनाई है।
- आपके मुँह में या जिव्हा पर सफेद धव्वे हैं।
- आपके मुँह में तथा/या अधरों पर छाले हैं।

इन लक्षणों के उपचार के लिये आपको औषधियों की आवश्यकता पड़ेगी।

मुँह की देखभाल की युक्तियाँ:

- अपने दान्तों और जिव्हा को नरम ब्रश से साफ करें। परक्साईड, टार्टर नियन्त्रण, एवं फ्लोराइड रहित दन्त मन्जनों का प्रयोग करें। जैसे बायोटीन एवं सेन्सोडाइन
- अल्कोहल युक्त माऊथवाश के प्रयोग से बचें
- खाने के बाद तथा सोने से पहले कुल्ला करें। एक कप गर्म पानी में आधा चम्मच नमक या खाने का सोडा मिलाकर प्रयोग करें
- धूम्रपान न करें
- यदि आपको रसायन चिकित्सा लेते समय खून की कमी हो गई है तो फ्लास (दाँतों को साफ करने का धागा) का प्रयोग न करें
- यदि आपके सिर या गरदन पर किरणपात हो रहा है तो फ्लास का प्रयोग कदापि न करें

MAY, 2010 *Production of this publication was made possible through a financial contribution from the Public Health Agency of Canada. The views expressed herein do not necessarily represent the views of the Public Health Agency. Translated materials completed by Sexuality Education Resource Centre.* For copies of all topic information and languages go to: www.cancercare.mb.ca/translated_treatment_info

CancerCare Manitoba
ActionCancerManitoba

Hindi

Mucositis (sore mouth/throat)

म्युकोसाईटिस - mucositis (मुँह/गले का दर्द)

- Keep your mouth and lips moist. Sip water often and use lip balm.
- Suck on ice chips, if receiving 5FU (fluorouracil) chemotherapy.

If mucositis occurs:

- Eat soft, moist foods that are at room temperature.
- Avoid acidic foods/drinks such as oranges, tomatoes and fruit juices.
- Avoid crunchy and spicy foods.
- Ask to speak to a dietitian.
- Take pain medication.
- Remove your dentures. They can make your mouth sore. If you can not eat without your dentures, wear them to eat then remove them and rinse your mouth.

- अपने मुँह तथा होंटों को गीला रखें। बहुधा पानी की चुसकियाँ लें तथा होंटों के लेप का प्रयोग करें
- यदि आप 5 एफयू (फ्लूरौरेसिल) रसायन चिकित्सा ले रहें हैं तो बर्फ के टुकड़े चूसें।

यदि म्युकोसाईटिस होता है:

- कक्षताप वाले नर्म तथा नम भोजन करें।
- अमलीय भोजन/पेय पदार्थ जैसे सन्तरे, टमाटर, तथा फलों के रस के सेवन से बचें।
- कुरकुरे तथा मसालेदार भोजन से बचें।
- आहार विशेषज्ञ से बात करें।
- पीड़ा निवारक औषधियाँ लें।
- अपनी कृत्रिम दन्तावली निकाल दें। इससे आपके मुँह में दर्द हो सकता है। यदि आप कृत्रिम दन्तावली के बिना खा नही सकते तो इन्हें केवल खाने के लिये पहनें, बाद में उतार दें तथा कुल्ला करें।

MAY, 2010 *Production of this publication was made possible through a financial contribution from the Public Health Agency of Canada. The views expressed herein do not necessarily represent the views of the Public Health Agency. Translated materials completed by Sexuality Education Resource Centre.* For copies of all topic information and languages go to: www.cancercare.mb.ca/translated_treatment_info