

Серия статей, написанных
специалистами в области
болезней печени

Как справляться с побочными явлениями: Гигиена рта и изменение вкусовых ощущений

Люсинда Портер,
Дипломированная Медсестра

Многие пациенты, проходящие антивирусное лечение, замечают изменение вкусовых ощущений. Наиболее распространёнными жалобами являются сухость и «металлический» привкус во рту. Поэтому очень важно, чтобы пациенты предпринимали необходимые меры для правильного питания и гигиены полости рта.

Гигиена рта

Плохой уход за зубами может привести к разрушению зубов, проблемам с дёснами, образованию язвочек во рту и т.д. Обычно, рекомендуется провести полное обследование полости рта до начала лечения. Постарайтесь привести свой рот в полный порядок – закончите пломбирование, удаление нервов, лечение дёсен задолго до начала антивирусного лечения. При лечении гепатита выработка слюны организмом заметно снижается, это приводит к повышенному риску инфекции полости рта и разрушения зубов.

Рекомендации по поддержанию здоровья полости рта:

- Регулярно чистите зубы мягкой щёткой (до и после еды);
- Пользуйтесь флоссом, при этом будьте осторожны, чтобы не повредить дёсны; При необходимости пользуйтесь препаратами искусственной слюны;
- Регулярно самостоятельно обследуйте полость рта;
- Полощите рот чаще, особенно после еды;
- Сосание леденцов, не содержащих сахара, увеличивает выделение слюны.

Изменение вкуса

Изменение вкуса привычных продуктов и напитков является серьёзной проблемой для людей, проходящих антивирусное лечение. Оно может повлиять на многие аспекты нормальной жизни, поскольку еда составляет большую часть нашей социальной жизни и определяет общее самочувствие. Очень важно предпринять шаги для обеспечения здоровой диеты в течение антивирусного лечения. Относитесь к еде как к лекарству.

Рекомендации

- Постарайтесь найти продукты, вкус которых Вам приятен;
- Попробуйте готовить маринованное мясо, это поможет замаскировать неприятный привкус;
- Попробуйте различные типы приправ;
- Избегайте остро-пахнущих продуктов;
- Попробуйте есть пищу холодной;
- Часто полощите рот водой.

При появлении небольших язвочек во рту, попробуйте полоскание раствором одной чайной ложки соли в чашке теплой воды. Для облегчения боли попробуйте антимикробное полоскание типа Listerine.

Дальнейшую информацию о гепатите С, а также о коинфицировании гепатитами В и С, Вы можете получить на сайте www.hcvadvocate.org.

• Странички фактической информации Проекта Поддержки Больных Гепатитом С •

Исполнительный Директор
и Главный Редактор HCSP
Publications
Алан Францискус

Дизайнер
Пола Фенер

Перевод:
Ирина Гаврилова

Производство
С.Д. Мазофф, PhD

Контактная информация:
Hepatitis C Support Project
PO Box 427037
San Francisco, CA 94142-7037
alanfranciscus@hcvadvocate.org

Сведения, представленные в страничках фактической информации направлены только на то, чтобы помочь Вам лучше понять ВГС, и не имеют целью дать Вам медицинский совет. Всем инфицированным ВГС для диагностики и лечения следует обращаться к врачам.

Информация предоставлена Проектом Поддержки Больных Гепатитом С • некоммерческой организацией по просвещению, защите и поддержке больных с гепатитом С • © 2005 • Перепечатка разрешается поощряется со ссылкой на Проект.