

Серия статей, написанных  
специалистами в области  
болезней печени

**Как справляться с  
побочными явлениями:**

## **Раздражение полости рта**

Люсинда Портер,  
Дипломированная Медсестра

*Во время противовирусного лечения некоторые пациенты жалуются на болезненность ротовой полости. Это может быть покраснение или язвочки на дёснах, языке и внутренней поверхности щёк. Ниже мы приводим информацию об этих проблемах и предлагаем способы борьбы с ними.*

*Поговорите со своим врачом*

Медицинское название этой проблемы - афтозный стоматит. Прежде чем лечить афтозный стоматит, рекомендуется проконсультироваться с врачом и получить точный диагноз. Стоматит может быть вызван многими факторами, поэтому очень важно узнать причину, прежде чем пытаться его лечить.

Каким образом вылечить стоматит? Ответ – скорее всего, никак. Существуют способы уменьшить боль или ускорить заживание, но как и для обычной простуды, для лечения афтозного стоматита нет надёжного средства. Исключением является стоматит, вызванный конкретной причиной, которую можно устранить. Например, стоматит, вызванный чувствительностью к определённым продуктам или лекарствам или химическим веществам, например, лаурил сульфату натрия, или дефицитом питательных веществ, можно вылечить, устранив эти причины.

*Некоторые советы:*

Можно попробовать домашние средства, однако прежде, чем что-то пробовать, особенно травы или пищевые добавки, необходимо проконсультироваться со своим врачом. Некоторые рекомендации:

- Поддерживайте гигиену рта. Не пропускайте чистку зубов, при этом пользуйтесь мягкими зубными щётками;
- Избегайте зубных паст, содержащих лаурил сульфат натрия;
- Пейте как можно больше воды. Достаточное увлажнение полости рта важно для поддержания здоровья, особенно при прохождении курса противовирусного лечения;
- Не пейте слишком горячих жидкостей. Лёд и замороженные соки могут облегчить боль при стоматите;
- Можно попробовать некоторые средства, отпускаемые без рецепта. Средства, содержащие бензокаин, бензоиновые настойки, лидокаин, камфору, или фенол могут принести временное облегчение. Для облегчения боли при стоматите можно приобрести без рецепта Orabase® и Zilactac-B®;
- Попробуйте нанесение защитной плёнки на поражённый участок. В аптеке можно приобрести средства, которые образуют плёнку, покрывающую язвочки, делая их менее чувствительными к раздражению;
- Правильно питайтесь для поддержания баланса веществ в организме; Посоветуйтесь со своим врачом по поводу целесообразности приёма поливитаминов и пищевых добавок. Некоторым людям помогало сосание «цинковых ромбиков», однако данных, подтверждающих их эффективность, нет;
- Избегайте слишком твёрдой, острой, солёной или кислой пищи;
- Постарайтесь снизить уровень стресса;
- Ведите дневник своего питания для выяснения, какие продукты вызывают воспаление рта. Попробуйте устранить подозрительные продукты из своего рациона;
- Прополощите и выплюньте или проглотите чайную ложку антацида, например, магнезиевого молочка (суспензия гидроксида магния) или Mylanta® (гидроксида магния и алюминия) с чайной ложкой жидкого Benadryl® (дифенгидрамин) 4 – 6 раз в день;
- Попробуйте чай. Черный и некоторые травяные чаи содержат большое количество танинов.

Использованный пакетик чая, приложенный к больному месту, может принести облегчение;

- Попробуйте принимать противовоспалительные препараты, например, ибупрофен. Будьте осторожны, поскольку этот препарат сам может вызывать афтозный стоматит, поэтому не всем он показан;
- Ацетаминофен (Tylenol®) может принести облегчение. НЕ ПРЕВЫШАЙТЕ рекомендованную дозу!
- Для лечения стоматита, вызванного вирусом герпеса, может применяться лизин. Общая рекомендация: 500 мг, 1 – 3 раза в день;
- Можно приготовить настой шалфея и ромашки в воде и использовать его для полоскания 4 – 6 раз в день;
- Полезны малина, перечная мята и лакричник;
- Хотя эхинацея ускоряет заживление ран, ею НЕ СЛЕДУЕТ пользоваться при лечении ВГС, если у Вас заражены ВИЧ, или у вас имеется аутоиммунное расстройство.
- Попробуйте принимать Лактобациллус. Это препарат, содержащий безвредные бактерии, являющиеся частью нормальной кишечной флоры. Иногда его называют пробиотиком. Существует множество фирменных названий препаратов, содержащих эти бактерии, например, Lactinex®. Хотя он считается безвредным, не принимайте его, если у Вас имеется заболевание клапанов сердца или у Вас искусственный клапан сердца, астма, аллергия на молочные продукты, если Вы беременны или планируете беременность, или кормите грудью.

### Лекарства

Если лекарства, отпускаемые без рецепта, не помогают, поговорите с врачом о рецептурных препаратах. В зависимости от конкретной ситуации, имеется ряд средств, которые можно попробовать, например, Aphtasol® - сравнительно новый препарат, образующий защитную плёнку при нанесении на повреждённый участок слизистой. Иногда назначают кортикостероиды в смеси с Orabase®. Ваш врач может прописать полоскание, содержащее жидкий антибиотик. Для ВИЧ больных, страдающих тяжёлыми афтозными язвами, назначают талиодомид, однако, другим пациентам и беременным применять этот препарат не следует. Вам могут назначить раствор вязкого лидокаина, гидроксида магния или дифенидрамина для

полоскания. Вязкий лидокаин может быть назначен для нанесения на язвочки, чтобы обеспечить временное облегчение. При нанесении лекарства непосредственно на ранку, поступайте следующим образом: высушите ранку с помощью мягкой бумажной салфетки. Нанесите немного лекарства на ватный тампон и приложите тампон к ранке. Не ешьте и не пейте пока лекарство не высохнет и не образует защитную плёнку на ранке. Используйте всё лекарство в течение срока, предписанного врачом.

Язвы во рту могут быть мучительными и мешать нормальному питанию, и, тем самым, нормальной жизни. Не пытайтесь игнорировать образование афтозных язв, которые не заживают, возникают повторно на одном и том же месте, появляются кластерами, или очень болезненны. Постороннему взгляду это может показаться не такой уж большой проблемой, но тем, кому хоть раз приходилось иметь с ними дело, знают насколько это мучительно. Пациентам, проходящим курс противовирусного лечения, особенно тяжело приходится при появлении стоматита. Уменьшение боли и предотвращение рецидивов могут значительно облегчить существование и повысить качество жизни.

**Дальнейшую информацию о гепатите С, а также о коинфицировании гепатитами В и С, Вы можете получить на сайте [www.hcvadvocate.org](http://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](mailto: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 врачу.

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